

Ex-militares da Guerra Colonial no processo de envelhecimento

Ana Carolina Paço de Caldas Fernandes da Costa

Orientadora: Professora Doutora Stella Bettencourt da Câmara

Dissertação para obtenção de grau de Mestre em Gerontologia Social

Lisboa

2019

WWW.ISCSP.U LISBOA.PT

Ex-militares da Guerra Colonial no processo de envelhecimento

Ana Carolina Paço de Caldas Fernandes da Costa

Orientadora: Professora Doutora Stella Bettencourt da Câmara

Dissertação para obtenção de grau de Mestre em Gerontologia Social

Júri:

Presidente:

- Doutora Ana Maria Alexandre Fernandes, Professora Catedrática do ISCSP.

Vogais:

- Doutor Hermano Duarte de Almeida e Carmo, Professor Catedrático do ISCSP.

- Doutora Stella Margarida de Oliveira António Bettencourt da Câmara, Professora Auxiliar do ISCSP.

Lisboa

2019

Ex-militares da Guerra Colonial no processo de envelhecimento



Associação
dos Deficientes
das Forças Armadas

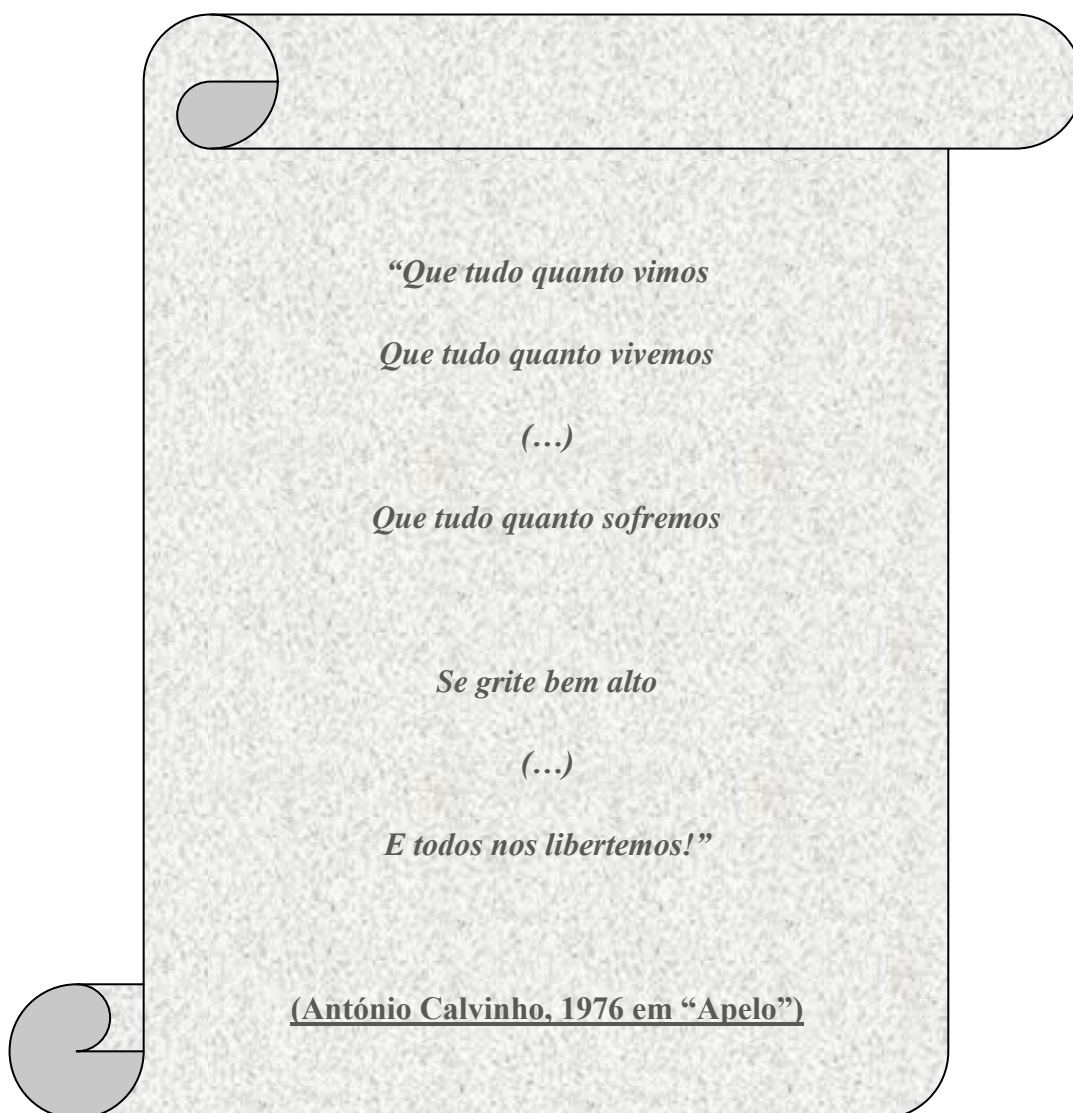


Ana Carolina Paço de Caldas Fernandes da Costa

Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas

Orientação: Professora Doutora Stella Bettencourt da Câmara

Dissertação para obtenção de grau de Mestre em Gerontologia Social



Aos sobreviventes da Guerra Colonial.

Aos que partiram.

Agradecimentos

A elaboração da presente Dissertação de Mestrado não seria possível sem o apoio, motivação e crédito depositado em mim, por distintas personalidades e instituições. Expresso a minha profunda gratidão, a todos, que me fizeram acreditar que seria possível concluir esta etapa.

À Professora Doutora Stella Bettencourt da Câmara, pelo privilégio que é tê-la como orientadora. Pela orientação, a par dos seus conhecimentos, agradeço pelo seu apoio incondicional, compreensão, total disponibilidade e amizade, em todo o meu percurso académico.

À Professora Catedrática Ana Fernandes. Ao Professor Catedrático Hermano Carmo. À Professora Doutora Maria João Bárrios, e aos restantes docentes com quem me cruzei ao longo do percurso no Mestrado em Gerontologia Social, agradeço pela transmissão de conhecimentos e acompanhamento letivo, que possibilitaram o melhoramento do presente estudo, desde a sua 1ª etapa enquanto projeto, até aqui.

À minha família. Ao meu pai, à minha mãe e à minha irmã, Daniela, pedras basilares que me acompanham ao longo do ciclo de vida, aos quais deixo um profundo agradecimento. Pelo amor, carinho e fé. À minha avó, fonte de inspiração. Aos meus avós, que iluminam o meu percurso.

Ao Pedro. Pelo companheirismo e ternura. Pela constante motivação e compreensão. Por acreditar sempre em mim. Por tudo.

Aos meus amigos mais antigos e a todas as amizades traçadas ao longo do percurso académico, pela amizade e constante preocupação e incentivo.

A nível institucional, um agradecimento especial a cada Associação/Instituto, começando este agradecimento por ser dirigido aos ex-militares. A eles, a cada um em especial, um profundo agradecimento por terem colaborado e terem aceite participar no presente estudo. Pelas partilhas de histórias de vida, vivências e testemunhos, que são o foco central da presente Dissertação de Mestrado.

À Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), com especial agradecimento à Sr.^a Paula Afonso, do Gabinete dos Órgãos Sociais da ADFA, por toda a ajuda e disponibilidade. Por ter sido o elo de comunicação com ex-militares associados na Delegação de Lisboa, Coimbra, Évora e Setúbal. Aos ex-militares e aos diferentes profissionais, com um papel fundamental na intervenção da ADFA, pela sua colaboração. Não esquecendo, um especial agradecimento à Delegação de Évora, pelo dia bem passado junto de vós.

À Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR), com especial agradecimento à Dr.^a Sofia Pires, Assistente Social e membro da Direção da APOIAR, por toda a preocupação, atenção e dedicação. Aos ex-militares e aos profissionais do Departamento Médico e Psicossocial, que colaboraram no presente estudo.

Ao Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), com especial agradecimento à Dr.^a Ana Paula Coelho, Técnica Superior, na Divisão de Apoio Social do IASFA, pela ajuda em estabelecer colaboração com o IASFA, bem como à Dr.^a Andreia Amaral, Diretora Técnica da Unidade Funcional 1 da ERPI do Centro de Apoio Social de Oeiras, pelo empenho, enquanto facilitadora do contacto com beneficiários do IASFA. Aos ex-militares que colaboraram.

A todos, um profundo agradecimento. Obrigado!

Índice Geral

Agradecimentos.....	v
Índice Geral.....	vii
Índice de Gráficos	ix
Índice de Quadros	ix
Índice de Figuras	ix
Índice de Tabelas.....	ix
Relação de Siglas	x
Resumo.....	xi
Abstract	xii
Introdução	13
Parte I - Enquadramento Teórico	15
1. O Envelhecimento à luz do campo do saber da Gerontologia.....	15
2. A Guerra Colonial: Contexto Histórico.....	17
2.1. Baixas e Feridas de Guerra.....	18
3. Perturbação de Stress Pós-Traumático e a Psicologia do Envelhecimento	18
3.1. Visão Positiva/Negativa dos Efeitos a Longo Prazo do Serviço Militar no Envelhecimento	22
4. Dispositivos de Suporte.....	25
4.1. Enquadramento Institucional.....	25
a. Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA)	25
b. Associação de Apoio aos Ex-combatentes Vítimas de Stress de Guerra (APOIAR)	26
c. Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA)	26
4.2. A Intervenção de Diferentes Profissionais nos Dispositivos de Suporte.....	27

Parte II – Opções Metodológicas	33
1. Objetivos da Pesquisa e Questão Nuclear de Investigação	33
2. Modelo de Análise	34
3. Universo de Estudo	35
4. Amostra	35
5. Instrumento, Contexto e Procedimentos de Recolha de Dados e Informação.....	36
 Parte III – Apresentação e Análise de Resultados.....	38
Conclusões	52
Considerações Finais.....	55
Bibliografia	56
Apêndices.....	60
▪ Apêndice 1: Contexto Histórico da Guerra Colonial	60
a. Bases de explicação da Guerra Colonial	60
▪ Apêndice 2: Tabelas	64
▪ Apêndice 3: Informações sobre Dispositivos de Suporte.....	67
- Registo de Agendamentos.....	67
▪ Apêndice 4: Declaração / Consentimento de Gravação	68
▪ Apêndice 5: Guião de Entrevista – Informadores Qualificados.....	69
▪ Apêndice 6: Transcrição Parcial de Conteúdo – Informadores Qualificados	70
- Testemunho na linha de integração da ADFA	79
▪ Apêndice 7: Guião de Entrevista – Ex-Militares.....	80
▪ Apêndice 8: Transcrição Parcial de Conteúdo – Ex-Militares	83
▪ Apêndice 9: Ferramentas Metacognitivas	99
- Mapa Conceptual.....	99
- Vê de Gowin.....	100

Índice de Gráficos

Gráfico 1 – Distribuição dos Entrevistados por Idade	35
Gráfico 2 – Distribuição dos Entrevistados por Local de Origem	38
Gráfico 3 – Distribuição dos Entrevistados por Ramo de Serviço	40
Gráfico 4 – Distribuição dos Entrevistados por Teatro de Operações e Ramo de Serviço	40

Índice de Quadros

Quadro 1 – Momentos decisivos da Guerra Colonial	62
--	----

Índice de Figuras

Figura 1 - Modelo de Análise.....	34
Figura 2 - Mapa Conceptual.....	99
Figura 3 - Vê de Gowin.....	100

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Distribuição dos Entrevistados por Habilitações Literárias	39
Tabela 2 – Distribuição dos Entrevistados por Estado Civil e Habitação	39
Tabela 3 – Distribuição dos Entrevistados por Patente	41
Tabela 4 – Distribuição dos Entrevistados por Idade à data da 1ª Comissão	41
Tabela 5 – Distribuição dos Entrevistados por Condicionamento dos Projetos de Vida	41
Tabela 6 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 22, alínea a.	44
Tabela 7 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 22, alíneas b./c./d.	44
Tabela 8 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 23, alínea a. ponto i.	45
Tabela 9 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 23, alínea a. Ponto ii./iii. ...	45
Tabela 10 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 23, alíneas b./c./d.	46
Tabela 11 – Distribuição dos Entrevistados por perceção da influência do acontecimento no processo de envelhecimento, em relação a Teatro de Operações e Ramo de Serviço	46
Tabela 12 – Distribuição dos Entrevistados por Situação perante o Emprego.....	64
Tabela 13 – Distribuição dos Entrevistados por Descendência.....	64
Tabela 14 – Distribuição dos Entrevistados por Nº e Período de Comissões	64
Tabela 15 – Distribuição dos Entrevistados por Companhia/Destacamento, Regimento e Unidade	65
Tabela 16 – Distribuição dos Entrevistados por Teatro de Operações e Ramos de Serviço	66

Relação de Siglas

ADFA – Associação dos Deficientes das Forças Armadas

APOIAR – Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra

AVD – Atividades de Vida Diária

BA – Base Aérea

DFA – Deficiente das Forças Armadas

FNLA – Frente Nacional de Libertação de Angola

Frelimo – Frente de Libertação de Moçambique

IASFA – Instituto de Ação Social das Forças Armadas

MFA – Movimento das Forças Armadas

MPLA – Movimento Popular de Libertação de Angola

NATO – Organização do Tratado do Atlântico Norte

ONU – Organização das Nações Unidas

PAIGC – Partido Africano para a Independência da Guiné e Cabo Verde

PIDE – Polícia de Investigação e Defesa do Estado

PSPT - Perturbação de Stress Pós-Traumático

TE – Tropas Especiais

UPA – União das Populações de Angola

Resumo

A Guerra Colonial Portuguesa é um dos acontecimentos mais marcantes da história portuguesa, remetendo à segunda metade do século XX. A geração que participou neste conflito armado encontra-se, no presente ano de 2019, com 65 e mais anos. Incidindo a investigação no âmbito da Gerontologia Social, aborda-se o envelhecimento enquanto processo que acompanha o ciclo vital, com a finalidade de analisar como a participação na Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares de diferentes ramos de serviço, como o Exército, a Força Aérea e a Marinha; e de diferentes teatros de operações, nomeadamente Angola, Guiné e Moçambique, que se encontravam em serviço entre os anos de 1961 e 1975, na Guerra Colonial, sendo delineado este estudo exploratório, utilizando uma amostragem não probabilística. A partir das entrevistas realizadas a 30 ex-militares associados a dispositivos de suporte como a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), a Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR) e o Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), caracterizou-se a população-alvo, em termos sociodemográficos, identificaram-se relações entre a participação na Guerra Colonial, as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento da população-alvo, e através das 9 entrevistas realizadas a Informadores Qualificados, realizou-se um levantamento das funções de vários profissionais em diferentes áreas de atuação, relacionando-se com o apoio dado a ex-militares.

Palavras-Chave: Gerontologia; Guerra Colonial; Processo de Envelhecimento; Ramos de Serviços; Teatros de Operações; Trajetórias de Vida.

Abstract

The Portuguese Colonial War is one of the most striking events in the Portuguese history, referring to the second half of the twentieth century. The generation that participated in this armed conflict finds themselves, in this present time, being over 65 years old. By focusing the investigation in the scope of Social Gerontology, addresses the act of aging as a process that follows the vital cycle, with the goal of analysing the way in which the Colonial War conditioned the life trajectories and the aging process of ex-military from different branches of service such as Army, Air Force and Navy; and from different sites of commissions, namely Angola, Guinea and Mozambique, that were in service between the years 1961 and 1975 in the Colonial War and this exploratory study was designed using a non-probabilistic sampling. From the interview with 30 ex-military associated to support associations such as “*Associação dos Deficientes das Forças Armadas*” (ADFA), “*Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra*” (APOIAR) and “*Instituto de Ação Social das Forças Armadas*” (IASFA), it is possible to characterize the target population, in a sociodemographic way, looking to find relations between the participation in the Colonial War, life trajectories, and the aging process of the target population, and through the 9 interviews conducted with Qualified Informants, it was made a survey of the roles of various professionals in different areas of activity, relating with the support given to ex-military.

Keywords: Gerontology; Portuguese Colonial War; Aging Process; Branches of Service; Sites of Commissions; Life Trajectories.

Introdução

O presente documento contempla a conceção da Dissertação de Mestrado, realizado em conformidade com o estipulado no Regulamento Geral dos Cursos do II Ciclo de Estudos do Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, da Universidade de Lisboa. Numa lógica de contextualização, aborda-se a relevância e motivações para a escolha do tema: “Ex-militares da Guerra Colonial no processo de envelhecimento”.

Inserindo a temática escolhida no quadro do objeto científico do Mestrado em Gerontologia Social, através da pesquisa bibliográfica, encontrou-se como proposta de temática para investigação no Manual de Gerontologia, ponderar a situação dos veteranos americanos e encará-la como “sugestão para investigação em Portugal onde os veteranos da Guerra do Ultramar estão agora na idade da reforma ou são mais velhos e correspondem a uma grande população em relação à qual não há muitos estudos” (Paúl & Ribeiro, 2012, p.14).

Neste sentido, é pertinente abordar esta proposta de investigação em contexto português. O presente projeto tem como objetivo geral analisar de que modo a participação na Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares de diferentes ramos de serviço, como o Exército, a Força Aérea e a Marinha; e de diferentes teatros de operações, nomeadamente Angola, Guiné e Moçambique, que se encontravam em serviço entre os anos de 1961 e 1975. Como objetivos específicos, é proposto:

- a) Identificar ex-militares associados a dispositivos de suporte como a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR) e Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA);
- b) Caracterizar em termos sociodemográficos a população-alvo;
- c) Identificar relações entre a participação na Guerra Colonial, as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento da população-alvo.

Com esta investigação, conheceu-se a situação de ex-militares que se encontram na idade da reforma e serviram na Guerra Colonial, nos Teatros de Operações de Angola, Guiné e Moçambique e, em Ramos de Serviço como o Exército, a Força Aérea, a Marinha, no período entre 1961 e 1975. Procurou-se conhecer as suas histórias, e

através dos relatos das suas vivências e das suas memórias, identificar as suas trajetórias de vida e o processo de envelhecimento.

Relativamente ao valor acrescentado da presente investigação, procurar-se-á contribuir de forma empírica num domínio com poucos trabalhos de investigação no campo temático da Gerontologia Social em Portugal, distanciando-se o presente estudo de óticas políticas e estratégico-militares, referindo-se a pertinência do mesmo face à escassez de trabalhos efetuados nesta área, em Portugal.

No que concerne à estruturação, o presente estudo está organizado em três partes. A primeira parte enfoca o enquadramento teórico que contextualiza a presente investigação, fazendo-se referência à institucionalização da Gerontologia e à emergência da investigação social do envelhecimento, sendo que a gerontologia, enquanto ciência, procura compreender o processo de envelhecimento em todas as suas dimensões, ao longo do ciclo de vida. A segunda parte remete às opções metodológicas tomadas, que pretendem a operacionalização dos objetivos da investigação. A terceira parte incorpora uma apresentação dos resultados encontrados, e, por sua vez uma vertente analítica e reflexiva, tendo em conta a influência dos resultados e a importância que a presente investigação teria se a amostra fosse mais significativa e representativa da população, sendo que a prossecução do estudo seria de maior interesse, para um alcance de resultados mais conclusivos.

Tendo por base a perspetiva do ciclo de vida, segundo a qual o indivíduo “desenvolveria competências para resolver dificuldades e minimizar as consequências das perdas ao longo da idade, obtendo um funcionamento positivo ou ideal ao longo da vida” (Baltes, 1990), procurou-se com a presente investigação dar a conhecer se a perspetiva do ciclo de vida, as trajetórias de vida e as questões da velhice, se diferenciam consoante os cenários em que os ex-militares estiveram inseridos e, tendo em conta que o processo de envelhecimento vai trazendo alterações, de que modo as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento dos participantes, foi condicionado pela participação e prestação de serviço militar, na Guerra Colonial.

Parte I - Enquadramento Teórico

O quadro teórico da presente investigação inicia-se com a referência da institucionalização da Gerontologia e a emergência da investigação social do envelhecimento na sua perspetiva individual e populacional, enaltecendo-se que a gerontologia, enquanto ciência, procura analisar o processo de envelhecimento em todas as suas dimensões biopsicossociais, ao longo do ciclo de vida.

1. O Envelhecimento à luz do campo do saber da Gerontologia

No ano de 1903, Ilya Ilyich Mechnikov ou Élie Mechnikov, introduz o termo “gerontologia”, sendo definida, como refere Câmara (2015) pela “ciência que observa e estuda o processo de envelhecimento, a partir de um conhecimento multidisciplinar, e que analisa e avalia” a pessoa mais velha “no contexto atual e da sua projeção no futuro (Hernández-Rodríguez, 2003, p.11), tendo por objeto o processo de envelhecimento, a velhice” e a pessoa mais velha (Fernández-Ballesteros, 2004, p.35).

Câmara (2015), segundo Birren (1972, 1996), destaca a “Gerontologia como o estudo dos fenómenos do envelhecimento de uma perspetiva científica”, envolvendo “estudos das ciências biológicas, comportamentais [*behavioral*], e sociais”, tratando-se, do “estudo, investigação e saberes [*scholarship*] sobre o envelhecimento, em todos os seus aspetos” (Birren, 1996, p. 655).

Na sua perspetiva individual, o envelhecimento é definido “na sua consumação, como o decurso normal e inevitável da contínua mudança de idade”, caracterizado “pela diminuição progressiva da capacidade funcional do organismo, cuja velocidade de progressão depende de fatores hereditários, ambientais, sociais, nutricionais e higieno-sanitários” (Martins, 2013), começando o envelhecimento na “conceção e terminando com a morte do indivíduo” (Vaillant, 2003), enquanto processo de alterações biopsicossociais, que é diferente de pessoa para pessoa.

Numa perspetiva coletiva, o envelhecimento populacional ou envelhecimento demográfico, pode ser entendido como “o aumento da proporção das pessoas mais velhas na população total, surgindo esse aumento em detrimento da população jovem e/ou em detrimento da população em idade ativa, resultando fundamentalmente de três fatores, tais como a baixa taxa de natalidade, os fluxos migratórios e o aumento da

esperança de vida (António, 2009). Tais fatores resultam no nascimento de cada vez menos crianças; na saída dos jovens à procura de melhores condições de vida, ficando os mais velhos para trás, no regresso da população idosa emigrada ao país de origem e, no aumento da esperança de vida, quer à nascença, quer aos 65 anos de idade (António, 2011, p.23).

Segundo Caldas (2007, p.77), a “preocupação com os determinantes sociais do envelhecimento, bem como o estudo do ajuste do indivíduo à sociedade ao longo do ciclo de vida surgindo apenas no século XX”, tendo sido vários os percursos que elaboraram marcos teóricos no campo da Gerontologia Social.

Realizou-se uma interligação com a Teoria Contemporânea do desenvolvimento ao longo da vida (*Lifespan*), sendo que, como Marshall enaltece o “envelhecimento é um processo que acompanha toda a vida – para se compreender indivíduos de determinada idade é preciso compreender de onde vêm e para onde vão; a estrutura etária varia ao longo do tempo e é experimentada de maneira diferente por diferentes coortes” (cit. in Câmara, 2015, p.39), à medida que se “reconhece que o percurso de um indivíduo de idade avançada não é predeterminado e que as experiências de vida anteriores exercem uma influência importante na forma como os indivíduos envelhecem”, exigindo a perspetiva de ciclo de vida “um olhar atento das mudanças e expectativas das pessoas à medida que envelhecem” perspetivando-se “um envelhecimento com qualidade de vida (...) com oportunidades de melhoria do bem-estar ao longo de todo o ciclo de vida” (Bárrios, 2017).

2. A Guerra Colonial: Contexto Histórico

Para compreender o contexto da Guerra Colonial, tendo como ponto de referência algumas obras sugeridas dos autores Carlos de Matos Gomes e Afonso Aniceto, entre outros, aprofunda-se o presente contexto histórico, em Apêndice 1. Mostra-se algumas bases de explicação da Guerra Colonial, tendo sido realizada uma breve síntese por não deter conhecimentos aprofundados sobre a matéria.

Constatou-se que a “guerra colonial em que Portugal esteve envolvido de 1961 a 1974 nos teatros de operações de Angola, Guiné e Moçambique apresenta muitos dos aspetos comuns aos conflitos que as potências coloniais europeias enfrentaram após a II Guerra Mundial” (2009, p.435), não sendo coerente o número de efetivos máximos aproximados que integraram o Exército, Marinha, Força Aérea.

O conflito armado entre as forças organizadas pelos movimentos de libertação de cada colónia e as Forças Armadas Portuguesas ocorreu no período de 1961 a 1974, sendo que o seu início remete a 15 de março de 1961, onde Melo (1988) salienta que “grupos da UPA lançaram (...) ataques” em diferentes localidades, evidenciando Matos Gomes & Afonso (2000) que “os primeiros incidentes ocorreram em Angola”, abrangendo “os distritos do Zaire, Uíje e Quanza-Norte”, sendo que a “sublevação desta área foi efetuada pela UPA e traduziu-se, a partir de 15 de março de 1961, em bárbaros massacres”. Estas “ações foram da iniciativa não só da UPA, depois transformada em FNLA, mas também e sobretudo do MPLA e, mais tarde, da UNITA” (Matos Gomes & Afonso, 2000, p.10).

As ações de guerrilha na Guiné foram “iniciadas pelo PAIGC em Janeiro de 1963, com um ataque ao quartel de Tite, a sul de Bissau, junto ao rio Corubal, embora outras pequenas ações tivessem ocorrido antes”, sendo que as “operações estenderam-se rapidamente a quase todo o território”, em contínuo crescimento, exigindo “o empenhamento de efetivos portugueses cada vez mais numerosos” (Matos Gomes & Afonso, 2000, p.10).

Em setembro de 1964, a “Frelimo executou a primeira ação”, tendo sido atacada a “localidade de Chai, no distrito de Cabo Delgado, estendendo depois a sua ação ao Niassa, a Tete e ao Centro do território” (Matos Gomes & Afonso, 2000, p.10).

2.1. Baixas e Feridas de Guerra

Os falecimentos em combate de militares portugueses desencadeavam um “processo, que se iniciava ao pé dos seus companheiros e terminava junto da família” (Matos Gomes & Afonso, 2000), sendo a família “informada da morte por telegrama, sendo-lhe comunicada a forma de tratar dos assuntos a partir desse momento, enquanto na unidade” do ex-militar que tinha falecido “era obrigatório fazer o arrolamento dos seus pertences individuais, a fim de os enviar à família, e preencher um relatório sumário com as circunstâncias da morte” (Matos Gomes & Afonso, 2000, p.526).

Os militares portugueses feridos, eram “habitualmente evacuados de helicóptero ou de viatura para a unidade do serviço de saúde mais perto, um posto de socorros ou uma enfermaria de sector, onde recebiam os primeiros tratamentos”, sendo que o “sistema de evacuação sanitário passava depois pelos hospitais militares existentes em cada um dos teatros e podia terminar no Hospital Militar Principal, em Lisboa”, sendo que os “feridos com necessidade de tratamentos de recuperação eram, posteriormente transferidos para o Centro de Recuperação do Alcoitão ou para o Hospital de Hamburgo, ao abrigo do acordo estabelecido entre Portugal e a Alemanha no âmbito das facilidades concedidas pelo uso da BA de Beja” (Matos Gomes & Afonso, 2000, p.528), dando-se ênfase ao Hospital de Hamburgo e ao seu papel preponderante na reabilitação de alguns dos participantes do presente estudo.

3. Perturbação de Stress Pós-Traumático e a Psicologia do Envelhecimento

No presente tópico aborda-se a Perturbação de Stress Pós-Traumático (PSPT), ou comumente conhecida como Stress de Guerra e o desenvolvimento psicológico e os processos de transição-adaptação no decurso do envelhecimento, nomeadamente o processo adaptativo de ganhos e perdas desenvolvimentais, evidenciando-se vários estudos que interligam a temática com o processo de envelhecimento.

Afonso Albuquerque refere que “nem todos os indivíduos expostos ao combate, tendo sido feridos ou não, sofreram de Stress de Guerra” (cit. in Roque, 2017, p.227). Contudo, é importante identificar as repercussões ao nível social, profissional.

Neste âmbito, segundo a ADFA (2017), “as direções da ADFA e da APOIAR, em reunião a 22 de novembro de 1995, decidiram conjugar esforços a fim de que se

possa proporcionar um serviço de apoio de reconhecida qualidade aos ex-militares afetados pelo *stress* de guerra” (p.466).

O *stress* de guerra entra na agenda política, sendo importante aprofundar este tópico, atendendo ao conjunto de situações geradoras de *stress*, evidenciadas por Mário Gaspar, fundador da APOIAR, na obra da ADFA (2017):

«O assistir a mortes e ter que matar para sobreviver; estar presente em ações de violência; passar fome e sede; o assistir e ou participar na morte de crianças e mulheres; estar presente em ações de bombardeamento, tiroteios intensivos, rebentamentos de minas, armadilhas, fornilhos, e o tão famigerado napalm; as dificuldades de ambientação ao clima e o estar longe da família [...]» (p.500).

Para Pereira (2012), segundo Hien, Litt, & Cohen (2008) a “perturbação de *stress* pós-traumático apresenta-se como uma das consequências mais relevantes e comuns a nível psicológico (...), sendo caracterizada por sintomas de medo e horror intenso desencadeados por um acontecimento psicologicamente angustiante que envolva uma ameaça real ou percebida à integridade física do indivíduo” (cit. in Pereira, 2012, p.28). De uma forma geral, “este tipo de perturbação envolve uma série de sintomas relacionados com a repetição e a intrusão de memórias, associadas frequentemente a emoções negativas e percepções perturbadoras que conduzem o indivíduo a um estado de ansiedade extrema e perda de controlo” (Pereira, 2012).

Correia (2018) refere que o contexto de combate é “caracterizado por uma prolongada exposição a uma sucessão de situações de violência de guerra que afetam essencialmente os sentimentos de segurança dos seus intervenientes, dando origem a sentimentos de impotência, rotura/colapso físico e psicológico e desconforto”.

Em Portugal, Correia (2018) refere que “só após o término da Guerra Colonial, é que foi iniciado o estudo dos efeitos psicológicos da guerra em ex-combatentes”, sendo que “segundo dados do Estado-Maior do Exército, estima-se que tenham sido destacados para as províncias ultramarinas (Angola, Guiné e Moçambique) cerca de um milhão de combatentes (Albuquerque, Fernandes, Saraiva & Lopes, 1992, cit. in Anunciação, 1997) ” e que “dos sobreviventes, grande parte conseguiu reintegrar-se na vida civil, no entanto, dessa experiência muitos ficaram com sequelas físicas e psicológicas”, considerando o ciclo de vida e o processo de envelhecimento sucedido.

De um ponto de vista analítico, Correia (2018) constata que a nível da “prevalência de perturbações psicológicas, (...) estima-se que em Portugal cerca de 140.000 veteranos sofram de perturbações psicológicas que advêm de vivências de guerra (Albuquerque *et al.*, 1992, cit. in Anunciação, 1997) ”, sendo que a investigação sobre a “prevalência da PSPT na população adulta portuguesa levada a cabo por Albuquerque e colaboradores (2003) indica que, dos 11.6% indivíduos do sexo masculino que referiram ter sido expostos a situações de guerra ou combate, 9.9% desenvolveram PSPT”. Neste sentido, para Correia (2018):

«Neste mesmo estudo os autores reportam também outras investigações que se debruçaram sobre a prevalência de PSPT nesta população em específico, sendo exemplos: o estudo de Albuquerque e Lopes (1997), com 120 sujeitos, no qual 84.2% apresentavam um quadro clínico de PSPT crónico, 98.2% apresentavam patologias associadas e 37.7% apresentavam um grau de incapacidade severa; o estudo de Maia, McIntyre, Pereira e Fernandes (2006), com uma amostra de 350 indivíduos, no qual 39% apresentavam PSPT e 56% apresentavam morbilidade psicológica; e o estudo de Pereira e Pedras (2007), com 505 veteranos, no qual 36% apresentavam sintomatologia de PSPT e 43% tinham o diagnóstico desta perturbação».

Contudo, Correia (2018) manifesta a análise de que “não está ainda descrito na literatura como é que a PSPT e o processo de envelhecimento se interrelacionam”, contudo, num estudo com ex-militares australianos do conflito da Coreia, demonstrou-se que a perceção de qualidade de vida “em termos psicossociais e de saúde na idade avançada é condicionada pela exposição a situações de combate enquanto jovens adultos, recomendando que se deverá considerar o impacto do serviço militar no bem-estar na idade avançada (Böttche, Kuwert & Knaevelsrud, 2012; Ikin *et al.*, 2009)”, podendo estes delineamentos “constituir-se como relevantes no estudo da PSPT” em pessoas mais velhas, enquanto ex-militares portugueses (Correia, 2018).

No âmbito da Psicologia do Envelhecimento, e de acordo com Baltes, “considerando a vida como um ciclo ou *lifespan*, existem perdas e ganhos, sendo que em determinada fase as primeiras tendem a superar as segundas” (Baltes, 1987; Baltes & Baltes, 1990). Por sua vez, em cada fase da vida há um possível olhar próprio e adequado para a realidade do presente (Vaillant, 2003), verificando-se uma “adaptação do ser humano ao longo da vida”, abordando-se este tópico à luz do processo adaptativo

de ganhos e perdas desenvolvimentais, identificando-se na presente investigação quais as perdas e ganhos a que levou a participação na Guerra Colonial para os ex-militares que nela prestaram serviço militar, sendo evidenciados na análise de dados da presente investigação.

Segundo Baltes (1987) considera-se a existência de "ganhos" e "perdas" desenvolvimentais, pressupondo para “a psicologia desenvolvimento do ciclo de vida” a existência do objetivo específico para o desenvolvimento, a par da “procura de uma adaptação bem-sucedida entre organismo e ambiente”, sendo que para Baltes (1987), “essa adaptação tem em conta o facto do processo de desenvolvimento não ser apenas um movimento de obtenção de maior eficácia funcional ao longo da vida, consistindo antes numa ocorrência conjunta de ganhos (que traduzem crescimento) e de perdas (que traduzem declínio) na capacidade adaptativa” (Baltes, 1987).

Para Fonseca (2004), preconiza-se que um “processo adaptativo bem-sucedido e com efeitos desenvolvimentais positivos consiste na obtenção de um resultado desenvolvimental onde se conjuguem uma maximização de ganhos e uma minimização de perdas, através da conjugação de processos de seleção, otimização e compensação”. Ocorrendo o desenvolvimento psicológico através de “interações permanentes entre a pessoa e o ambiente que a rodeia, entre um indivíduo com determinadas predisposições (temperamento, emoções) e características (idade, competências), e um ambiente com determinadas especificidades (de natureza física, histórica e sociocultural), concedendo a psicologia desenvolvimental do ciclo de vida ao ser humano a possibilidade de criar o seu próprio desenvolvimento pela modelagem, seleção e criação do ambiente que o rodeia” (Fonseca, 2004, p.91).

Em suma, para Baltes (1987), cit. in Fonseca (2004):

«As pessoas modelam e são agentes ativos do seu próprio desenvolvimento, através: (i) de uma seleção de objetivos pessoais, (ii) da otimização do seu funcionamento individual nesses objetivos pessoais selecionados, (iii) da compensação de perdas desenvolvimentais através do recurso a mecanismos compensatórios internos (de natureza comportamental, psicológica) ou externos (de natureza cultural)» (p.93).

3.1. Visão Positiva/Negativa dos Efeitos a Longo Prazo do Serviço Militar no Envelhecimento

Por outro lado, tendo como ponto de referência o artigo científico intitulado “*Long-term Outcomes of Military Service in Aging and the Life Course: A Positive Re-envisioning*” de Spiro III, Settersten & Aldwin (2015), dá-se a conhecer uma visão positiva dos efeitos a longo prazo do serviço militar no envelhecimento, destacando-se algumas conclusões: existe um maior reconhecimento que o serviço militar tenha efeitos positivos na saúde e no bem-estar, quer sejam efeitos que se manifestam cedo e continuem ao longo da vida, como efeitos que podem surgir apenas mais tarde. Estes efeitos podem estar latentes durante décadas, surgindo apenas em resposta a perdas que se verificam no processo de envelhecimento, tais como ao nível de trabalho, estatuto, relações, saúde física ou mental.

Por sua vez, os efeitos do serviço mudam consoante a época e o conflito, e ainda não se sabe se as descobertas do impacto de uma guerra se aplicam às futuras. Por exemplo, os ex-militares do Afeganistão têm maiores níveis de PSPT que os ex-militares do Vietname, e estes têm níveis mais elevados que os ex-militares da 2ª Grande Guerra, sendo crucial aprender quais os aspetos comuns e distintos sobre as experiências de envelhecimento entre ex-militares de diferentes guerras ou conflitos.

No âmbito de uma visão multidisciplinar do serviço militar presente no artigo, refere-se que esta assenta em 5 princípios, tais como:

- Primeiro, os efeitos do serviço militar duram a vida toda. Há efeitos de curto-prazo que podem ser observados no momento mas muitos aspetos continuam a fazer efeito ao longo da vida;
- Segundo, os efeitos são multidimensionais, afetando vários domínios da vida, incluindo a saúde e bem-estar, devendo-se considerar um espectro alargado de resultados;
- Terceiro, o serviço militar gera ganhos e perdas, resultados positivos e negativos, refletindo numa mudança no ciclo de vida num modelo disruptivo, podendo não ser algo gradual (London & Wilmoth, 2006). Um corolário disto é que a mesma

experiência (combate) afeta as pessoas de maneira diferente, dependendo da pessoa e fatores contextuais, no seu percurso de vida;

- Quarto, os efeitos do serviço são vividos numa matriz de relações sociais, como família, comunidades e outros ex-militares, que podem proteger ou criar riscos adicionais ao longo do tempo, aos ex-militares;

- Quinto, estes efeitos ocorrem dentro de um contexto histórico-social e são afetados pelo mesmo.

Em vez de nos questionarmos se o serviço militar tem efeitos a longo prazo, a melhor questão é para quem é que o serviço militar tem efeitos negativos e/ou positivos a longo prazo, em que aspetos, e porquê. Como resultado das experiências, incluindo as do tempo de guerra e combate, os indivíduos podem ter diferentes impactos mais tarde na sua vida, que podem ser positivos, negativos ou nulos. Estes impactos são afetados por fatores moderadores, tais como o clima socioeconómico prevalecente na altura do regresso e a própria experiência do regresso a casa, sendo que o serviço militar pode ser conceptualizado em diversas maneiras, tais como os efeitos decorrentes do serviço geral (como em tempo de paz), serviço em tempo de guerra, e combate. Além disso, há outras dimensões específicas (tais como quando ocorreu o serviço, durante quanto tempo, onde, e em que ramo ou qual a patente que tinham os militares) e dimensões subjetivas, que enquadram como os ex-militares interpretam e avaliam os aspetos objetivos.

Por sua vez, o histórico militar de uma família e o contexto socioeconómico, podem ter impacto, quer positivo ou negativo, na decisão de alguém se voluntariar para a prestação de serviço militar, podendo por um lado, ter-se querido seguir a tradição familiar, ou os valores patrióticos divulgados, ou por outro lado, levar à decisão de não enveredar pela prestação de serviço militar, pelos indivíduos terem conhecimento de como os seus antepassados foram tratados no período pós-guerra e não quererem passar pelo mesmo. Contudo, num contexto socioeconómico mais pobre, o alistamento passa a ser uma primeira escolha no que toca à carreira, pois pode indicar um melhor futuro para quem segue esse caminho.

Os efeitos negativos do combate, especialmente a PSPT, já foram alvos de extensos estudos. No entanto, vários ex-militares que experienciaram isso na fase inicial

da sua vida foram capazes de o superar, e outros até conseguiram crescer com essa experiência, ao passo que outros conseguiram evitar os sintomas durante décadas, embora se tenham acabado por manifestar mais tarde quando confrontados com os desafios do envelhecimento. Entre 5 e 25% dos militares desenvolveram PSPT, devido ao serviço militar em diferentes alturas.

No entanto, também existem efeitos positivos que têm sido pouco estudados. Estão a decorrer estudos para promover a resiliência psicológica dos militares, focados na gestão de *stress* e aptidões ligadas diretamente ao *stress*, sendo que este tipo de estratégias ensina os militares a encarar as soluções como desafios e não como ameaças, conseguindo ter um julgamento baseado não em emoções mas em aptidões de solução de problemas.

Para concluir, adotar uma visão de longo prazo relativa ao serviço militar enfatiza que este pode ter efeitos positivos ou negativos, e que os mesmos podem ocorrer em vários domínios da vida e mudar ao longo do ciclo de vida, podendo ser positivos em certa altura e negativos na seguinte.

São necessários estudos longitudinais para avaliar os impactos do serviço militar a longo prazo, tendo em conta que a participação em conflitos armados tem implicações ao nível da autonomia e da funcionalidade, podendo trazer “consigo um conjunto de alterações de cariz biológico, psicológico e social” (Sequeira, 2010). E, ao nível da saúde, a par da existência de fatores de risco de consumo de substâncias nas pessoas mais velhas devido a dependências relacionadas com a saúde mental (Firmino & Matos, 2016) e com participação na vida em sociedade, é importante a “promoção da independência e da autonomia instrumental das pessoas mais velhas, proporcionando-lhes oportunidades para manter a interação social” (Fonseca, 2018), contrariando-se a ideia da reforma como “forma de exclusão social” (Fernandes, 2016).

Por sua vez, existindo um número significativo de ex-militares portadores de incapacidades e deficiências, é importante retratar como foram apoiados através da implantação nacional da ADFA, evidenciando-se o papel preponderante de diferentes delegações e instituições, como a ADFA, a APOIAR e o IASFA.

4. Dispositivos de Suporte

Para colmatar necessidades que decorrem dos efeitos da participação e prestação de serviço militar, foram identificados dispositivos de suporte que apoiam ex-militares. Em Portugal, existem várias associações de apoio a ex-militares, sendo exemplo a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA); a Associação de Apoio aos Ex-combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR); a Associação Combatentes do Ultramar Português (ACUP); a Associação Nacional dos Combatentes do Ultramar (ANCU); a Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra (APVG); a Liga dos Combatentes (LC) ou o Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA).

Procurou-se demonstrar como algumas instituições em Portugal apoiam ex-militares em diferentes áreas de atuação, estando presente em Apêndice 3 o registo de contactos com os dispositivos de suporte.

4.1. Enquadramento Institucional

a. Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA)

A Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), no seu processo de formação, teve como pilares “os valores universais da liberdade, igualdade, paz e justiça social, que sustentariam a sua coesão e a sua projeção”, a par da democraticidade e participação que “asseguraram um dinamismo associativo que nem com a idade avançada esmorece” (ADFA, 2017, p.17).

Com o 25 de abril de 1974, a liberdade de reunião e de associação, permitiu a constituição de uma «comissão *ad hoc*», ou seja, que tivesse a finalidade de representar os deficientes militares e fosse defensora dos seus interesses. Ao dia 14 de maio de 1974, data que assinala a fundação da ADFA, foi realizado pela comissão *ad hoc*, na sua primeira reunião, pelas 15h, o primeiro comunicado, dirigido à Junta de Salvação Nacional (ADFA, 2017), sendo referida a missão da comissão, de representar os feridos (p.120). A 23 de maio de 1974, o segundo comunicado, também este dirigido à Junta de Salvação Nacional, com o “conhecimento aos chefes dos três ramos das Forças Armadas” que refere a alteração de comissão para associação, tendo sido solicitado o reconhecimento oficial da Associação dos Deficientes das Forças Armadas.

A ADFA afirmou-se ao longo do território nacional, ao “criar delegações enquadradas num modelo organizacional descentralizado”, enaltecendo-se o papel

preponderante de diferentes delegações, originadas através de um “movimento espontâneo” (ADFA, 2017, p. 220), impulsionado por deficientes militares, sendo constituída por 12 Delegações implantadas a nível nacional, no Continente e Regiões Autónomas, assumindo a “representatividade a nível local e regional, nas respetivas áreas de abrangência”, e desenvolvendo “ações de apoio direto aos associados através da prestação de serviços administrativos, apoio jurídico, social, atividades de cariz associativo, cultural e cívico e na prestação de Serviços Clínicos” (ADFA,2017).

b. Associação de Apoio aos Ex-combatentes Vítimas de Stress de Guerra (APOIAR)

A Associação de Apoio aos Ex-combatentes Vítimas de Stress de Guerra (APOIAR) surge em 1988, “da iniciativa de um grupo de técnicos e de pacientes sujeitos a terapia de grupo, nos Serviços de Psicoterapia Comportamental do Hospital Júlio de Matos”, sendo “os grandes impulsionadores desta Associação, o Dr.º Afonso de Albuquerque e a Dr.ª Fani Lopes” (APOIAR, 2019).

Em 1994, a APOIAR é “legalmente constituída como Instituição Particular de Solidariedade Social, com o Estatuto de Utilidade Pública”, dispondo nos dias de hoje, de vários apoios, nomeadamente ao nível “social, clínico (clínica geral/psiquiatria) e psicológico”, sendo este apoio participado “através do protocolo celebrado ao abrigo da lei 50/2000, que instituiu a Rede Nacional de Apoio às Vítimas do Stress de Guerra, com o Ministério da Defesa Nacional”. Constata-se que “é ainda realizado apoio jurídico, no âmbito dos processos de qualificação DFA por *stress* de guerra, concedido aos sócios gratuitamente segundo os estatutos e não pelo Protocolo” (APOIAR, 2019).

c. Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA)

O Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), por imposição do “Decreto-Lei nº 284/95 de 30 de Outubro, passou a integrar numa única entidade os Serviços Sociais das Forças Armadas, o Cofre de Previdência das Forças Armadas, o Lar de Veteranos Militares, o Complexo Social de Oeiras e o Complexo Social do Alfeite” (IASFA, 2019).

Na linha da sua missão, “no âmbito da Ação Social Complementar em apoio da Família Militar, o apoio prestado visa, primariamente, os seus membros mais carenciados e, complementarmente, os Beneficiários em geral”, sendo “neste contexto

que existe o apoio à infância, aos estudantes, à terceira idade, os serviços de assistência médica, o apoio domiciliário, os subsídios e comparticipações, os centros de férias e de repouso e a habitação social” (IASFA, 2019).

4.2. A Intervenção de Diferentes Profissionais nos Dispositivos de Suporte

Com o intuito de serem partilhar informações a par dos conhecimentos de informadores qualificados sobre o acontecimento da Guerra Colonial, as alterações sofridas por ex-militares com quem têm contacto e para apresentar como se relacionam diferentes funções com o apoio dado a ex-militares, mostra-se a perceção de distintos profissionais que integram os distintos dispositivos de suporte.

Com a análise parcial do conteúdo de entrevistas semi-diretivas realizadas a diferentes profissionais, enquanto informadores qualificados, nomeadamente Assistentes Sociais, Psicólogos Clínicos, Médicos de Medicina Geral e elementos das direcções da ADFA e da APOIAR, mostra-se com a apresentação de algumas transcrições¹, que:

- Existem diferentes funções dos Informadores Qualificados que se relacionam com o apoio dado a ex-militares, nomeadamente ao nível social, psicológico, médico e clínico, entre elas:

- **IQ01:** *«Presto atendimento e apoio social aos deficientes militares, esposas e filhos menores ou que tenham algum tipo de deficiência»* (Assistente Social, ADFA).

- **IQ03:** *«Aqui temos um trabalho em equipa, multidisciplinar. Como clinico geral o que faço é tentar viver com as suas outras doenças que não são ligadas só ao stress e que por causas do dito stress são descuradas e mal interpretadas e desvalorizadas, muitas vezes pelos próprios (...)»* (Médico de Clínica Geral, APOIAR).

- **IQ04:** *«Presto apoio psicológico. As pessoas que vêm aqui estiveram na guerra colonial e têm perturbações de ansiedade, estão depressivas, sendo essas as principais patologias psicológicas aqui presentes. Temos também intervenção com as famílias e com os filhos de ex-militares, para os ajudar a compreender melhor essas patologias»* (Psicólogo, APOIAR).

¹ Remete-se o leitor para o Apêndice 6 para uma leitura mais completa da Análise de Conteúdo realizada.

- IQ07: «Estou aqui para servir todos os problemas dos deficientes militares, tentar encontrar as melhores soluções em cada momento ao nível da saúde, reparação moral e material, envelhecimento, stress» (Presidente da Direção Nacional, ADFA).

- IQ09: «A minha função aqui é fundamental porque para um ex-militar e a sua família não é só fundamental a consulta de psicologia e a de psiquiatria, mas o social não ficar de parte. É fundamental, todas estas áreas estarem em conjunto, porque não é só vir à consulta, tomar o medicamento e fazer a terapia, porque no exterior há outros assuntos a resolver que estão relacionados com outras instituições. E os nossos utentes têm muita dificuldade em fazer essa articulação» (Assistente Social, APOIAR).

- As intervenções junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial, assentam em:

- IQ01: «Marcação de atendimento ou urgência, avaliação das necessidades de apoio, (...) diagnóstico social e (...) devida intervenção necessária com a pessoa (...)».

- IQ03: « (...) abordagem global do stress. Os indivíduos e seus familiares têm consequências da guerra a nível de stress pós traumático (...)».

- IQ04: « (...) avaliação psicológica que é necessária para a atribuição de benefícios a ex-militares (apoio com medicação, compensação monetária (...) consultas individuais, familiares ou de grupo com os ex-militares. Além disso, (...) também uma função de socialização e divulgação da doença, tratamento, consequências, que esta patologia pode ter».

- IQ06: « (...) levar para junto do Governo, que é deles que é a maior responsabilidade. Mas no que afeta o dia-a-dia das pessoas, tentamos resolver aqui».

- IQ08: «(...) intervenção assertiva e (...) avaliar quais são os problemas que têm na realidade (...) mais direcionado para o trabalho com os amputados e muitas vezes, o problema que têm não é numa perna mas na cabeça (...)».

- IQ09: «(...) uma espécie de acordo, não é só vir às consultas, é também resolver os demais problemas em conjunto. Essa intervenção é muito intensiva de início até mostrar à pessoa que ela é capaz de os resolver. Às vezes é complicado encontrar as respostas sociais, mas podemos desvincular algumas questões (“sou incapaz”, “não

consigo”) e aferir junto dos mesmos e das famílias se existe interesse em mudar, porque em grande parte dos casos querem apenas a resolução dos problemas e não uma mudança. (...)».

- O apoio dado pelos diferentes dispositivos de suporte a ex-militares é descrito de distintas formas, tais como:

- IQ01: *«(...) uma instituição constituída por deficientes militares logo após o 25 de Abril, a direção nacional é a parte “política”, os serviços centram-se nas delegações, sendo que as maiores são as de Lisboa, Porto e Coimbra, são aquelas que têm técnicos (assistentes sociais, psicólogos, serviços clínicos). A Madeira e os Açores também têm técnicos superiores».*

- IQ03: *«(...) a associação constitui formas de suporte para esses indivíduos que lhes facilita a vida em todas as áreas, quer de saúde ou vida social (...)».*

- IQ04: *«A associação atua em 3 ou 4 vertentes. Na divulgação da doença (importante para disseminar o conhecimento), no apoio clínico que damos (consultas de psicologia, psiquiatria, medicina geral e familiar), no apoio social (alimentação, economia familiar), no apoio jurídico (principalmente nos processos militares) e numa função mais recreativa (passeios, colóquios, etc.)».*

- IQ09: *«No início não é fácil esse apoio, porque estamos na área da saúde mental. Muitas vezes, este apoio é na possibilidade que a pessoa entenda que necessita, e não é por estar bem num momento que irá continuar assim. Há uma obrigatoriedade nos 2 lados, tanto na APOIAR como no utente, porque qualquer situação inesperada pode despoletar uma crise. É assim um apoio sistemático, sempre em equipa, e mesmo com o exterior (médico de família, psiquiatra, especialistas externos). É um apoio multidisciplinar mas também intra-disciplinar».*

- Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, a perceção dos Informadores Qualificados sobre o acontecimento ter influenciado os ex-militares com quem já tiveram contacto, é que esta participação teve influência nos ex-militares, existindo uma concordância por parte dos 9 Informadores Qualificados, sendo corroborado da seguinte maneira:

- IQ01: *«Serviço que era na altura obrigatório. Teve uma influência, claramente, negativa».*
- IQ02: *«Transformou-os de certa forma. Muitos ficam mais agressivos, resistem menos a situações frustrantes. Entrar em conflito rápido, passar à ação rápido (...)».*
- IQ03: *«Há 2 vertentes: as pessoas que foram ao Ultramar e que vieram mal do ponto de vista físico, outras que não vieram tão prejudicadas desse ponto vista e até trazem de lá alguma coisa ligada ao exercício de poder, uma parte da sua vida que foi uma experiência nova que não teve aspetos traumatizantes. Mas as pessoas que estiveram lá em serviço militar ganharam uma afinidade entre eles que ultrapassa a amizade que teriam se não tivessem ido para o Ultramar. As dificuldades e vivências uniram-nos de uma forma muito firme e, em regra, para o resto da vida».*
- IQ04: *«Teve influência na vida familiar (casamentos suspensos, tempo sem ver os filhos), na vida profissional, pessoas que estavam empregadas e perderam esse posto, e mesmo a nível de quem era solteiro e não tinha emprego, quando voltou da guerra será que ainda tinha capacidade para voltar a estudar? E na família, houve muitas pessoas que se isolaram completamente ou se refugiaram no álcool para não pensarem no que tinham passado».*
- IQ05: *“Sim, os utentes da associação obrigam-nos a estar aqui, obrigam-nos a relacionar-nos uns com os outros e pensar no passado, presente e futuro, e isso é fundamental”.*
- IQ06: *«Sim, muitos partilham a mesma opinião que eu. Antes de partir, era dada a ideia que se ia defender o que era nosso (Pátria), e agora posteriormente, percebe-se que os militares foram para lá enganados. Salvo raras exceções, este é o pensamento vigente».*
- IQ07: *«Sim, ninguém volta igual. Mesmo os que à partida não tiveram deficiências visíveis, nunca voltam iguais a nível psicológico. Houve logo um grande impacto na adolescência, pois aos 14, 15 anos já se iniciava uma ansiedade por saber que se teria de prestar o serviço militar daí a 3 ou 4 anos. Sofrimento esse que não era só dos militares mas da família também».*

- IQ08: «(...) influenciou a vida toda, vida familiar, tudo. Ninguém volta igual de uma guerra. As relações são terminadas porque as pessoas não voltam iguais, tanto de modo físico como psicológico».

- IQ09: «É necessário ter em atenção que houve voluntários e pessoas que foram apenas cumprir o serviço militar obrigatório. No entanto, as pessoas nunca pensaram no que iriam encontrar. Mesmo com o sentimento de defesa da Pátria, não sabiam ao que iam. Foram também numa fase muito crucial das suas vidas (fim da adolescência, início da idade adulta). Deixaram de estudar, ainda hoje sofrem sequelas por causa desse serviço, são pessoas que não têm uma articulação com a família, esfera social ou laboral positiva. O serviço militar em pouco ou nada contribuiu para a vida destes homens, muito pelo contrário por ter limitado a ascensão laboral de muitos deles e ter causado a reforma antecipada por invalidez de parte dos mesmos».

- Sobre a Guerra Colonial ter condicionado as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares, para os Informadores Qualificados, 8 consideram que a participação e prestação de serviço militar condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento enquanto 1 Informador Qualificado considera que não, sendo corroborado da seguinte maneira:

- IQ01: «Muitos sofrem de stress pós-traumático de guerra, além disso há sequelas físicas e o envelhecimento, e dada a média de idades neste momento, isso condiciona obviamente a vida das pessoas, e muito (...)».

- IQ02: «Quando chegam cá depois da guerra não têm projeto de vida nenhum (...) Aos 20 anos ninguém tem projeto de vida, idade com a qual iniciam o serviço militar. Muitos deles já trabalhavam com essa idade e podiam considerar que iriam seguir essa carreira e constituir uma família, mas foram interrompidos 2 anos pelo serviço militar. Quando chegam, muitos deles conseguem retomar um trabalho normal, adequado, independentemente de terem algum tipo de perturbação que adveio do serviço militar, um “mal-estar”. Não sei se o serviço militar foi tão “decapitante” da trajetória de vida quanto isso».

- IQ03: «As pessoas que têm problemas de stress continuaram a vida de uma forma marcada pelo Ultramar, que condicionou a vida e a velhice, pela maneira como foram retirados das suas relações pessoais e familiares (...)».
- IQ04: «(...) têm uma patologia que não foi tratada durante 20 anos. Fez com que não conseguissem ter um trabalho de longo prazo, que tem impacto económico, condiciona também nas relações pessoais por dificuldades em lidar com a frustração (...)».
- IQ05: «(...) influenciou porque as pessoas estão mais fragilizadas(...)».
- IQ06: «(...) as dificuldades das próprias deficiências (cegueira, motora, psíquica) transformou a vida dessas pessoas, e a partir daí as dificuldades vão sendo maiores. As pessoas ficam mais envelhecidas. As pessoas que têm mais acentuado o stress de guerra têm ainda mais complicações a nível familiar (...)».
- IQ07: «(...) Há uma tendência para o abuso do álcool nos retornados. Na guerra bebia-se muito álcool, e há muitos que ainda hoje sofrem dessa adição. Há também pessoas que convivem melhor e pior com as memórias, facto que vai afetar o envelhecimento, a saúde mental, a demência. Com a idade, alguns problemas médicos que foram adquiridos nos tempos de guerra começaram a manifestar-se. A guerra não acaba porque agora há Paz. A guerra continua dentro dos que lá estiveram».
- IQ09: «(...) Não é fácil as pessoas seguirem carreiras, estudarem, ou terem uma carreira contributiva como desejariam ao ter esta interrupção brusca. Uma frase muito típica aqui em relação à medicação é “Ou como e não tomo, ou tomo e não como”. O serviço militar tornou estes homens não só incapazes mas também vulneráveis a tudo».

Parte II – Opções Metodológicas

Identificam-se as opções metodológicas de base, o tipo de investigação; é apresentado o modelo de análise e são identificados e caracterizados, o universo, a amostra, o contexto e a estratégia de recolha e análise de dados.

Com recurso a uma metodologia de natureza qualitativa, conta-se com o relato de histórias de vida, partilhadas através da realização de entrevistas semi-diretivas, enquanto instrumento utilizado para obtenção de informação, abrangendo, narrativas dos indivíduos e utilizadas para a auto-perceção se e como a Guerra Colonial, condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento dos ex-militares. No âmbito do paradigma qualitativo, procurou-se realizar um estudo, segundo Carmo & Ferreira (2008) tendo por base observação naturalista; subjetivo, que não é generalizável e que é “fundamentado na realidade, orientado para a descoberta, exploratório, expansionista, descritivo e indutivo” (Carmo & Ferreira, 2008, p. 195).

1. Objetivos da Pesquisa e Questão Nuclear de Investigação

O estudo realizado teve como objetivo geral analisar de que modo a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento dos ex-militares de diferentes ramos e diferentes teatros de operações, que se encontravam em serviço entre os anos de 1961 e 1975, na Guerra Colonial, tendo como objetivos específicos:

a) Identificar ex-militares associados a dispositivos de suporte como a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR) e Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA);

b) Caraterizar em termos sociodemográficos a população-alvo;

c) Identificar relações entre a participação na Guerra Colonial, as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento da população-alvo.

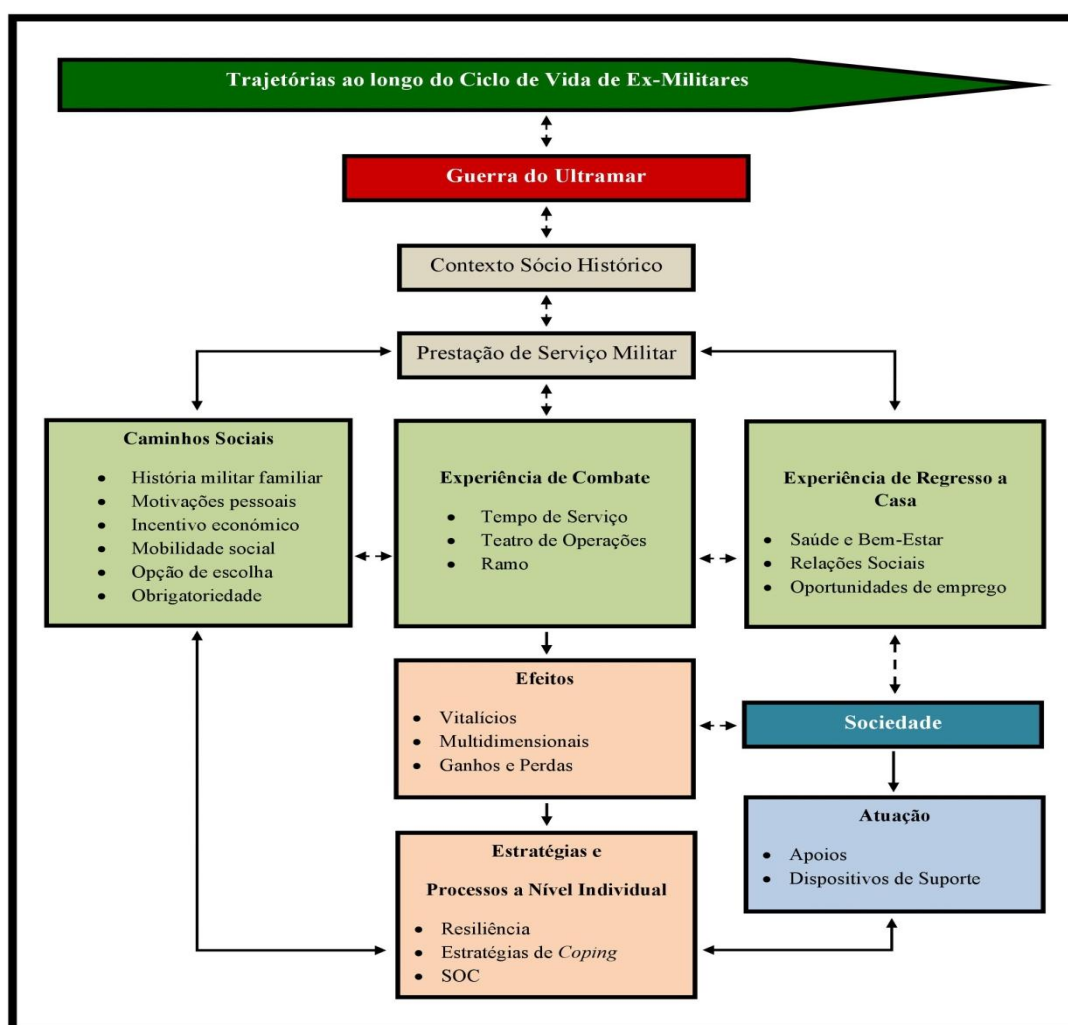
O estudo tem como questão nuclear de investigação, a seguinte pergunta: “Prestar serviço militar na Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento dos ex-militares?”. Visou-se conhecer e retratar a situação

de ex-militares que se encontram na idade da reforma e serviram na Guerra Colonial, nos Teatros de Operações de Angola, Guiné e Moçambique e, em Ramos de Serviço, como o Exército, a Força Aérea e a Marinha, entre os anos de 1961 e 1975, na Guerra Colonial.

2. Modelo de Análise

Apoiado pela revisão de literatura realizada, a elaboração do modelo de análise resume o que se procura tratar na investigação, tendo contribuído para a construção do guião de entrevista, apresentando-se o esboço do Modelo de Análise realizado traduzido na seguinte esquematização (Figura 1):

Figura 1 - Modelo de Análise



3. Universo de Estudo

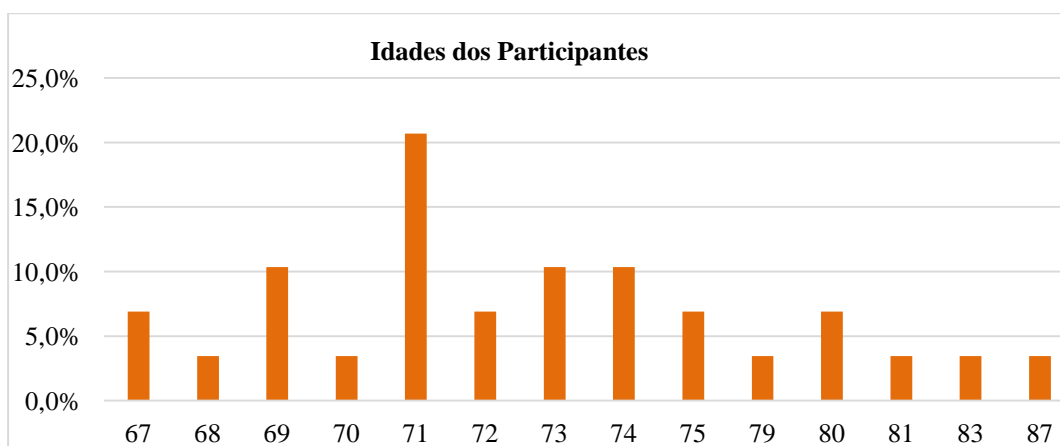
O universo do estudo, é constituído por indivíduos com 65 e mais anos que serviram na Guerra Colonial nos Teatros de Operações de Angola, Guiné e Moçambique e, em Ramos de Serviço, como o Exército, a Força Aérea, a Marinha e Tropas Especiais, entre 1961 e 1975 e que sejam associados da Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), da Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR) e do Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), uma vez que dos dispositivos de suporte contactados apenas a ADFA, a APOIAR e o IASFA aceitaram o pedido de colaboração com a presente investigação, não tendo obtido resposta por parte da Liga dos Combatentes

4. Amostra

A amostragem é não probabilística, tendo por base critérios de escolha intencional, nomeadamente serem indivíduos com 65 e mais anos que tenham servido nos ramos do Exército, da Força Aérea e da Marinha, nos diferentes teatros de operações, especificamente Angola, Guiné e Moçambique, entre 1961 e 1975, estando a dimensão da amostra distribuída segundo o teatro de operações, o ramo e tempo de serviço.

A dimensão da amostra é de 29 ex-militares. Dos participantes, 13 (44,9%) são associados da ADFA – Delegação de Lisboa; 6 (20,7%) são associados da ADFA – Delegação de Évora; 5 (17,2%) são associados da APOIAR e, outros 5 (17,2%) do IASFA. Os participantes têm idades compreendidas entre os 67 e os 87 anos de idade, sendo a média de idades de 73 anos ($DP = 4,93$), traduzindo-se os dados no Gráfico 1.

Gráfico 1 – Distribuição dos Entrevistados por Idade



5. Instrumento, Contexto e Procedimentos de Recolha de Dados e Informação

O estudo, de sua natureza qualitativa, remete a uma investigação histórica (Carmo & Ferreira, 2008) por envolver o estudo, a compreensão e a explicação de acontecimentos passados, com o objetivo de responder a questões que dizem respeito a efeitos de acontecimentos passados, tendo fontes de informação primárias (ex-militares que fornecem informação em 1ª mão) e secundárias (informações disponibilizadas em materiais de pesquisa que contam com registos elaborados por quem não presenciou o acontecimento).

Expondo o contexto de recolha de dados, relativamente às técnicas de recolha de informação, foram utilizadas técnicas documentais e não documentais. Nas técnicas documentais foi realizada pesquisa documental, pesquisa bibliográfica, sustentada por informações de publicações em artigos científicos, bem como, em dissertações de mestrado e teses de doutoramento, acedidas através do Repositório Científico de Acesso Aberto de Portugal (RCAAP) e de livros acedidos e consultados na Biblioteca do ISCSP e emprestados, ao cuidado da ADFA, da Biblioteca Camões e da Biblioteca da SCML, para o levantamento bibliográfico e elaboração da Revisão da Literatura.

Para o cumprimento dos objetivos da presente investigação, foi realizado um guião de entrevista, iniciado pela conversa informal com o Magistrado do Ministério Público, Dr.º Manuel José Rafael de Jesus Alves, cuja conversa levou à elaboração do guião de entrevista aplicado na presente investigação. Como técnicas não documentais, foram realizadas entrevistas semi-diretivas aos ex-militares, a partir de um guião dividido em duas partes, apresentado em Apêndice 7.

Quanto à organização interna do instrumento, a sua primeira parte remete para a caracterização sociodemográfica dos entrevistados, contanto com a realização de nove questões. A segunda parte remete ao paradigma das histórias de vida e da Guerra Colonial, organizada em quinze questões, estando subdividida em três tópicos que dizem respeito a dados de caracterização da prestação de serviço militar; dados sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial e, dados da experiência de regresso a casa, das trajetórias de vida e do processo de envelhecimento.

Igualmente foram realizadas entrevistas semi-diretivas, com recurso a um guião de entrevista, apresentado em Apêndice 5, constituído por nove questões, a diferentes

profissionais enquanto informadores qualificados, nomeadamente Assistentes Sociais, Psicólogos Clínicos, Médicos de Medicina Geral e elementos das direções da Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), da Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR) e do Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), com o intuito dos informadores qualificados partilharem informações de acordo com os seus conhecimentos sobre o acontecimento da Guerra Colonial, as alterações sofridas por ex-militares com quem têm contacto e para enunciar como se relacionam as diferentes funções com o apoio dado a ex-militares, bem como é descrita a intervenção dos diferentes profissionais dos distintos dispositivos de suporte.

Quanto à estratégia de análise de dados, estes foram obtidos através da realização das entrevistas de acordo com as variáveis definidas, encontrando-se codificados e apresentados através da realização de uma análise de conteúdo. Tal como Carmo & Ferreira (2008) expõem, segundo Bardin (2004) esta é “uma técnica de investigação que permite fazer uma descrição objetiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto nas comunicações, tendo por objetivo a sua interpretação”, remetendo-se o leitor para o Apêndice 8 para a leitura das transcrições parciais.

Foram realizadas 30 entrevistas, contudo a amostra é composta por 29 indivíduos, sendo a exclusão de 1 entrevista justificada através do critério da não inclusão na amostra por incumprimento dos critérios de inclusão pré-definidos, nomeadamente o entrevistado E20 ter 60 anos e não ter servido na Guerra Colonial, sendo o seu testemunho na linha de integração na ADFA (apresentado em Apêndice 6).

Em termos dos princípios éticos aliados aos procedimentos da investigação, estes foram respeitados, salvaguardando-se a identidade, os dados e as respostas dos entrevistados, sendo estes confidenciais e utilizados apenas para fins académicos. A participação dos entrevistados foi voluntária e a partilha de dados e a sua gravação foi autorizada pelos próprios, tendo estes ou a rogo destes (no caso do entrevistado não conseguir escrever), assinado uma declaração de consentimento informado, apresentada em Apêndice 4.

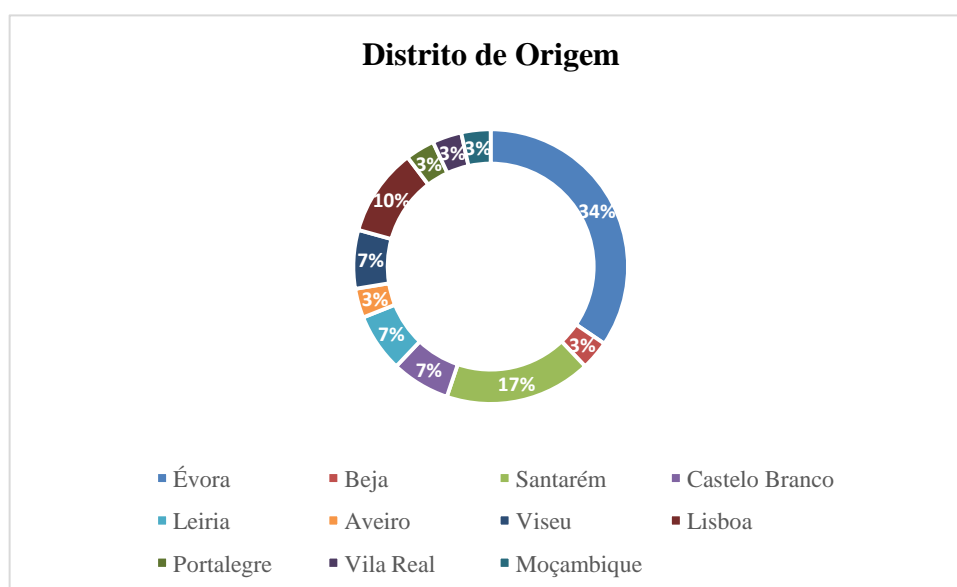
O tempo utilizado para gravação de entrevistas foi de 14h14minutos para as entrevistas com ex-militares e 2h04minutos para as entrevistas com informadores qualificados, totalizando-se 16h18minutos de tempo útil.

Parte III – Apresentação e Análise de Resultados

À luz dos objetivos propostos, tendo-se identificado ex-militares associados a dispositivos de suporte como a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR) e Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), realiza-se uma caracterização em termos sociodemográficos da população-alvo.

Dos 29 participantes e dos seus locais de origem, traduzem-se os dados no Gráfico 2, destacando-se que 10 (35,5%) participantes são do distrito de Évora, 5 (17%) do distrito de Santarém, 3 (10%) do distrito de Lisboa, 2 (7%) de Castelo Branco, 2 (7%) de Leiria e 2 (7%) de Viseu, 1 (3%) entrevistado nasceu em Moçambique e 1 (3%) é de cada distrito respetivamente, Aveiro, Beja, Portalegre e Vila Real.

Gráfico 2 – Distribuição dos Entrevistados por Local de Origem



No que diz respeito às habilitações literárias, 13 (45%) participantes têm apenas a 4ª classe, 5 (17%) só estudou até ao 9º ano (antigo 5º ano do liceu), fazendo com que 18 (62%) participantes não tenham ido além deste nível de escolaridade, como se verifica nos dados da Tabela 1.

Tabela 1 – Distribuição dos Entrevistados por Habilitações Literárias

Habilitações	n	%
4ª classe	13	45%
Antigo 5º ano do Liceu (equivale ao atual 9º ano)	5	17%
Antigo 7º ano do Liceu (equivale ao atual 11º ano)	3	10%
12º Ano	2	7%
Curso de Formação Geral de Comércio	1	3%
Ensino Pós-secundário Politécnico na área da Contabilidade e Comércio	1	3%
Bacharelato na área das Ciências Agrárias	1	3%
Licenciatura em Sociologia	1	3%
3º Ano de Engenharia Mecânica	1	3%
Mestrado em História de Arte	1	3%
Total	29	100%

Relativamente ao estado civil, 19 participantes são casados (66%), e os restantes 10 estão divididos equitativamente entre divorciados e viúvos (5 participantes em cada classe, equivalente a 34% da amostra, no total). Dos participantes, 17 (59%) vivem com a esposa, 6 (20,5%) vivem sozinhos e os restantes 6 (20,5%) vivem acompanhados ou Unidade Funcional Nr.º 1 do IASFA, como se vê na Tabela 2, referindo-se que foram feitos arredondamentos à unidade.

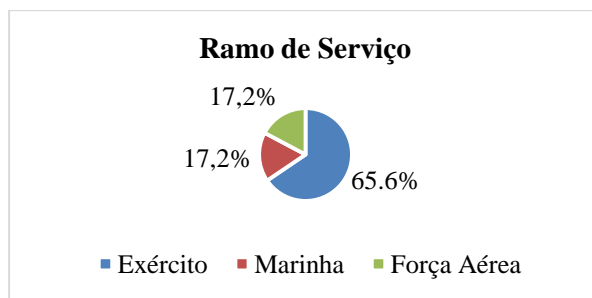
Tabela 2 – Distribuição dos Entrevistados por Estado Civil e Habitação

Estado Civil	n	%
Casado	19	66%
Divorciado	5	17%
Viúvo	5	17%
Total	29	100%

Com quem vive	n	%
Esposa	17	59%
Sozinho	6	21%
Acompanhado	1	3%
Unidade Funcional Nº1 do IASFA	3	10%
Unidade Funcional Nº1 do IASFA com Esposa	2	7%
Total	29	100%

Especificando quanto aos ramos de serviço, 19 participantes integram o ramo de serviço do Exército (65,6% da amostra); 5 integram o ramo de serviço da Força Aérea (17,2%) e 5 integram o ramo de serviço da Marinha (17,2%), traduzindo-se os dados no gráfico 3, e 23 (79,3%) dos participantes realizaram 1 comissão entre 1960 e 1975 e 6 (20,7%) dos participantes integraram 2 comissões distintas, com 3 (10,3%) dos mesmos a terem realizado comissões em 2 teatros de operações diferentes.

Gráfico 3 – Distribuição dos Entrevistados por Ramo de Serviço



Quanto aos teatros de operações, 8 (27,6%) dos participantes prestaram serviço militar em Angola; 6 (20,7%) dos participantes prestaram serviço militar na Guiné e 12 (41,4%) dos participantes prestaram serviço militar em Moçambique. É de notar que 3 (10,3%) dos participantes prestaram serviço militar em dois teatros de operações distintos, nomeadamente Guiné e Angola; Moçambique e Guiné; Angola e Guiné.

Relacionando os teatros de operações e os ramos de serviço em que os ex-militares estiveram inseridos, constata-se que em Angola, serviram 5 ex-militares do Exército; 1 da Marinha e 4 da Força Aérea; na Guiné, serviram 5 ex-militares do Exército, 3 da Marinha e 1 da Força Aérea e em Moçambique, serviram 9 ex-militares do Exército, 3 da Marinha e 1 da Força Aérea, traduzindo-se os dados no gráfico 4.

Gráfico 4 – Distribuição dos Entrevistados por Teatro de Operações e Ramo de Serviço



Em relação à patente, 10 (34,5%) participantes têm a patente de Soldados e 19 (65,5%) têm outras patentes, como se verifica na Tabela 3.

Tabela 3 – Distribuição dos Entrevistados por Patente

Patente	n	%
Praça: Primeiro-Cabo	5	17.2%
Marinheiro	1	3.4%
Praça: Soldado	10	34.5%
Capitães e Oficiais Subalternos: Alferes	1	3.4%
Oficial Superior: Coronel	1	3.4%
Sargento: Primeiro-Sargento	1	3.4%
Capitães e Oficiais Subalternos: Alferes Miliciano Oficial Superior: Tenente-Coronel Reformado	1	3.4%
Sargento: Furiel Miliciano	2	6.9%
Praças da especialidade de comunicações e enfermeiro militar	1	3.4%
Praças: Primeiro-Marinheiro	1	3.4%
Oficial Superior: Capitão-Tenente	1	3.4%
Oficial Subalterno: Primeiro-Tenente	1	3.4%
Sargento: Primeiro-Sargento Oficial Superior: Major	1	3.4%
Sargento: Sargento-Mor	1	3.4%
Sargento: Sargento-Ajudante	1	3.4%
Total	29	100%

Da análise dos dados referentes à idade com que os participantes iniciaram a sua 1ª Comissão, 15 (51%) iniciaram com 21 anos de idade ou sendo mais novos, como é possível observar na Tabela 4.

Tabela 4 – Distribuição dos Entrevistados por Idade à data da 1ª Comissão

Idade com que iniciou a Comissão	n	%
18	1	3%
19	1	3%
21	13	45%
22	5	17%
23	1	3%
24	4	14%
25	1	3%
28	3	10%
Total	29	100%

Dos 29 participantes, 23 (79%) referem que terem prestado serviço militar na Guerra Colonial condicionou os seus projetos de vida, enquanto 6 (21%) afirmam que não condicionou, como se verifica na Tabela 5 e corroborado por algumas transcrições:

Tabela 5 – Distribuição dos Entrevistados por Condicionamento dos Projetos de Vida

Pensa que ir para a guerra condicionou os projetos de vida?	n	%
Não	6	21%
Sim	23	79%
Total	29	100%

E01 – “*Não tinha qualquer projeto. A vida militar foi uma escola (...) a minha mentalidade mudou*”.

E02 – “*(...) Tinha um projeto de vida, que era casar e ter filhos, construir a minha casa, os meus filhos, (...) fui condicionado numa questão de tempo*”.

E04 – “*(...) O meu projeto de vida era vir da Guerra e ir para o estrangeiro, no meu tempo era a emigração que estava a dar (...) condicionou porque com a minha deficiência, a par daí a emigração já não podia ir*”.

E05 – “*(...) depois da estadia em África (...) comecei a ter uma perspetiva de futuro (...) estive pontualmente à espera de ir para a tropa (...) aquela meta eu tinha que a cumprir, até lá não valia a pena entrar na corrida, sabia que ficava em último*”.

E06 – “*(...) Eu já trabalhava, era professor primário (...) havia de ser casado (...) havia de querer continuar a trabalhar (...) aquilo interrompia a vida às pessoas, interrompeu a minha vida (...) condicionou a toda gente mesmo aqueles que pensem que não*”.

E07 – “*(...) Era ter a minha vida estabilizada, já estava casado, era ter o meu emprego, seguir a minha vida normal, só que depois aconteceu-me isto e houve (...) teve de haver grandes modificações na vida (...) a minha mulher estava a começar a trabalhar, teve de sair do emprego porque eu vim cego e sem mãos, fora o resto com ouvidos, tímpanos destruídos, maxilares destruídos, depois recompôs-se tudo, mais a cegueira e a falta de mãos, e é no fundo depois, o que é que ela foi para mim, olhe foi a minha esposa (...) enfermeira, a minha psicóloga, a minha acompanhante, a minha companhia (...) mãe dos meus filhos (...) uma mulher extraordinária (...) a guerra condicionou mas (...) houve um lado negativo, foi a deficiência, a dor, tudo o que daí resulta, mas houve um lado positivo que foi uma grande aprendizagem com a minha deficiência (...) tivemos 4 filhos, todos eles licenciados, todos eles bem na vida (...) temos uma vida, eu e a minha mulher equilibrada, financeiramente, socialmente, psicologicamente, espiritualmente, em todos os aspetos, vencemos. Mas não foi fácil (...) ando de bengala desde 76, tenho uma vida independente (...) como sozinha (...) esta operação foi feita em Heidelberg, na Alemanha (...) tenho uma adaptação (...)*

encaixo no braço e pronto, tenho o telemóvel também (...) máximo possível de independência”.

E09 – *“Tinha projetos de vida que foram, com os ferimentos que tive, foram totalmente alterados (...) tinha projetos para seguir (...) gostava da vida militar(...) e queria fazer carreira (...) fiquei condicionado (...)”.*

E10 – *“Os projetos de vida que tinha na altura, era tentar estudar e preencher a vida o melhor possível. Na altura, estava a tirar o curso de guarda-livros (...) já estava a exercer (...) embora não tivesse ainda completado o curso (...) era por aí que queria ir (...) nesse campo foi muito difícil, estava a tirar esse curso, tudo através da visão, de ler (...) mas quando tive o acidente, fiquei cego, acabou tudo e isso foi das coisas mais difíceis da minha vida porque voltou tudo ao espaço zero (...) desconhecia o que é que um cego era capaz de fazer (...) foi um choque terrível”.*

Respeitante à análise do que foi a Guerra Colonial para os entrevistados transcrevem-se os seguintes testemunhos, relativos à Questão 18 do guião de entrevista «Defina numa frase, por favor, o que foi para si a Guerra Colonial?», para contextualizar a opinião do que foi o conflito armado para os entrevistados:

E01 – *“Comparo a Guerra Colonial com a invasão de uma casa (...)”.*

E02 – *“Foi além de má, foi uma guerra injusta que não deveria ter existido”.*

E06 – *“Um desastre fora do tempo (...)”.*

E07 – *“ (...) Para mim a Guerra Colonial foi uma guerra injusta (...) os políticos da altura (...) era de uma cegueira política (...) nós mantivemos sempre (...) o estigma de manter o império unido, para satisfazer os interesses (...) foi uma guerra estúpida, injusta, não só porque destruiu uma geração em Portugal, ou mais que uma, com as consequências que isto teve para os que vieram da guerra (...) para as famílias dos que cá ficaram, e também para os naturais de lá (...) uma guerra durante 13 anos, houve muita gente que morreu (...) consequências negativas”.*

E08 – *“Um monstro”.*

E10 – “Foi uma guerra injusta (...) é o nosso lema da associação («As vítimas justas de uma guerra injusta»). É uma guerra que se equipara a todas as guerras que já existiram, e eu oponho-me a todas, sendo um homem da Paz. O Homem tem de encaminhar pelo diálogo para resolver os problemas sociais, não pela violência. Ainda mais, quem provoca as guerras nunca vai para lá. Quem vai para lá somos nós, rapazes que viviam nas aldeias, analfabetos, sem conhecimentos políticos”.

E11 – “Uma guerra Injusta, Inútil e Evitável”.

E28 – “Horível, foi um pesadelo”.

E29 – “A Guerra Colonial foi um mal que me afetou a todos os níveis”.

E30 – “A Guerra foi um inferno”.

Face ao objetivo proposto identificando relações entre a participação na Guerra Colonial, as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento da população-alvo, mostra-se que:

- 21 (72%) participantes não regressaram ao local de onde saíram para prestar serviço militar (Tabela 6);

Tabela 6 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 22, alínea a.

Regressou ao local de onde saiu antes de prestar serviço militar?	n	%
Não	21	72%
Sim	8	28%
Total	29	100%

- 27 (93%) participantes afirmam ter sentido apoio da família; 20 (69%) sentiram apoio da rede de vizinhança, enquanto 16 (55%) sentiram apoio do Estado/Sociedade (Tabela 7);

Tabela 7 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 22, alíneas b./c./d.

Sentiu e/ou teve apoio da sua família?	n	%
Não	2	7%
Sim	27	93%
Total	29	100%
Sentiu e/ou teve apoio da sua rede de vizinhança?	n	%
Não	9	31%
Sim	20	69%
Total	29	100%
Sentiu e/ou teve apoio do Estado / da sociedade?	n	%
Não	13	45%
Sim	16	55%
Total	29	100%

- 26 (90%) participantes afirmam que a guerra teve efeito na sua saúde e bem-estar e 20 (69%) referem que sofreram ferimentos incapacitantes, que vão desde amputações, a perdas de visão, de audição e mobilidade, entre outros ferimentos discriminados na Tabela 8.

Tabela 8 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 23, alínea a. ponto i.

A prestação de serviço militar na Guerra Colonial, condicionou a sua saúde e bem-estar?	n	%
Não	3	10%
Sim	26	90%
Total	29	100%
Sofreu algum ferimento que levasse a alguma incapacidade ou condicionasse a sua saúde atual?	n	%
Não	9	31%
Sim	20	69%
Total	29	100%
Que ferimento?	n	%
Amputação da perna esquerda	1	3%
Amputação das duas pernas	1	3%
Cegueira	2	7%
Cegueira, perda de mãos, diminuição do nível de audição, problema no maxilar	1	3%
Diminuição do nível de audição	3	10%
Estilhaços de explosão de granadas, afetaram a coluna e provocaram dores permanentes	1	3%
Estilhaços de explosão de uma mina no corpo, problemas numa mão, calcanhar, perna direita	1	3%
Ferimento causado por disparo na mão	1	3%
Incapacidade causada por explosão	1	3%
Não sofreu nenhum ferimento	9	31%
Perda de mobilidade	2	7%
Perda de mobilidade	1	3%
Perda de mobilidade e perda de visão	1	3%
Perda de mobilidade e Stress Pós-Traumático	2	7%
Perda de uma vista	2	7%
Total	29	100%

- 16 (55%) participantes referem que precisaram ou precisam de suporte/aconselhamento emocional, sendo várias as respostas que prestaram/prestam apoio a este nível, destacando-se o apoio dado pela APOIAR e pela Fundação Raquel e Martin Sain. Por sua vez, 3 (10%) participantes afirmaram precisar de apoio nas AVD's, como é possível verificar na Tabela 9:

Tabela 9 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 23, alínea a. Ponto ii./iii.

Precisou ou precisa de aconselhamento e suporte emocional?	n	%
Não	13	45%
Sim	16	55%
Total	29	100%
Como foi apoiado?	n	%
Acompanhamento médico	2	7%
Acompanhamento médico e na APOIAR	3	10%
Acompanhamento médico e no Hospital Júlio de Matos	1	3%
Acompanhamento médico, na APOIAR e na Liga dos Combatentes	1	3%
Fundação Raquel e Martin Sain	2	7%
Hospital da Marinha	1	3%
Hospital Militar	1	3%
Institucional	1	3%
Não precisou de apoio	13	45%
Psicólogo Clínico	3	10%
SAMS - Psicologia	1	3%
Total	29	100%
Precisou ou precisa de apoio nas AVD básicas?	n	%
Não	26	90%
Sim	3	10%
Total	29	100%

- 16 (55%) participantes afirmam que o serviço militar influenciou a vida familiar; 19 (66%) dos participantes afirmam que a sua vida profissional enveredou por outras escolhas profissionais e no que concerne ao efeito da prestação de serviço militar na guerra colonial no seu processo de envelhecimento, os participantes estão divididos na opinião, na medida em que 12 (41%) consideram que não teve efeito e 16 (55%) dos participantes considera que teve efeito, com os restantes 1 (3%) a não saber se condicionou ou não.

Tabela 10 – Distribuição dos Entrevistados por Resposta à Questão 23, alíneas b./c./d.

Diria que este acontecimento influenciou as suas relações familiares?	n	%
Não	13	45%
Sim	16	55%
Total	29	100%
Diria que este acontecimento influenciou as suas opções a níveis profissionais?	n	%
Não	10	34%
Sim	19	66%
Total	29	100%
Diria que este acontecimento influenciou o seu processo de envelhecimento?	n	%
Não	12	41%
Não sabe	1	3%
Sim	16	55%
Total	29	100%

- relacionou-se por Teatro de Operações e Ramo de Serviço, no que concerne ao efeito da prestação de serviço militar na guerra colonial no processo de envelhecimento dos participantes ,traduzindo-se os dados na Tabela 11:

Tabela 11 – Distribuição dos Entrevistados por percepção da influência do acontecimento no processo de envelhecimento, em relação a Teatro de Operações e Ramo de Serviço

	n			%			n	%
A Guerra afectou o seu processo de envelhecimento?	Não	Não sabe	Sim	Não	Não sabe	Sim	Total	Total
Exército	7	1	11	24%	3%	38%	19	66%
Angola	2	1	2	7%	3%	7%	5	17%
Guiné	4	0	1	14%	0%	3%	5	17%
Moçambique	1	0	8	3%	0%	28%	9	31%
Força Aérea	2	0	3	7%	0%	10%	5	17%
Angola	0	0	3	0%	0%	10%	3	10%
Angola / Guiné	1	0	0	3%	0%	0%	1	3%
Moçambique	1	0	0	3%	0%	0%	1	3%
Marinha	3	0	2	10%	0%	7%	5	17%
Guiné	1	0	0	3%	0%	0%	1	3%
Guiné / Angola	0	0	1	0%	0%	3%	1	3%
Moçambique	1	0	1	3%	0%	3%	2	7%
Moçambique / Guiné	1	0	0	3%	0%	0%	1	3%
Total	12	1	16	41%	3%	55%	29	100%

À luz da percepção dos entrevistados e da análise de conteúdo realizada, destacam-se algumas das transcrições que corroboram o supramencionado:

E01 – *“Não sei... Isto é a primeira vez que a gente passa por este ciclo, do envelhecimento, não é? Então não sei...”*.

E02 – *“Eu não me sinto velho. Não, é um envelhecimento normal, o ciclo de vida”*.

E07 – *“Vou fazer 72 anos e considero-me um jovem. Sou um espírito jovem. Posso dizer que condicionou, mas não foi de forma negativa (...)”*.

E08 – *“Influencia porque no envelhecimento vou ter mais problemas que os outros. Ainda hoje fui ao médico e foi-me dito que tinha de ir ao cardiologista. Devido à minha deficiência, faço um esforço maior que os outros. Eu já tenho uma casa com todas as acessibilidades, mas não posso ir agora para outra casa sem essas condições. Tenho condicionantes (...)”*.

E09 – *“Sim, as sequelas ficaram. Como estava a dizer, consigo controlar-me à base de medicação, tomo um comprimido equivalente ao Xanax (...) comecei a sentir algum desequilíbrio emocional.”*

E10 – *“Sim, está a influenciar. Sinto-me a envelhecer mais rapidamente. Vou fazer agora 80 anos e os pés pesam mais, a memória vai fugindo um bocadinho, e penso que aí há uns 4 ou 5 anos para cá, sinto-me a envelhecer mais rápido, com mais dificuldades.”*

E11 – *“Penso que não, o envelhecimento está a ser normal. Vejo pelo meu irmão, que tem sido operado às mesmas coisas que eu, por exemplo.”*

E12 – *“problemas de febres altíssimas e que eu atribuo à malária ou ao paludismo, que era o que dizíamos lá nessa altura. Além disso, também tenho problemas nos rins por causa da água que bebíamos lá, que era o que havia (...)»*.

E16 – *“Não, penso que não (...) a velhice, ela já aparece por si. Temos é de estar preparados para ela e criar algumas condições que empoderem, como ter uma reforma, ser sócio de um lar, ter a vida equilibrada, para quando chegar a altura, ter um mínimo de condições e dignidade.”*

E18 – “(...) Estarmos aposentados envelhece-nos. Tento controlar essas situações, todas as manhãs vou andar cerca de 1h30, fazer exercícios físicos, e adaptei a preparação física que aprendi nos paraquedistas à minha nova realidade, sem movimentos bruscos por causa dos ouvidos e tonturas, aos movimentos que posso realizar (...) Ainda tenho pesadelos.”

E22 – “Estou a envelhecer da melhor maneira possível. Há sempre algumas questões de saúde que vão aparecendo mas não ligadas diretamente ao serviço militar.”

E24 – “Cada vez mais me estou a dar conta de que este processo não é nada fácil. Por um lado vim para aqui por ter ficado viúvo, a minha filha está na Holanda, e ela queria que eu fosse com ela, mas eu não gosto do país. Por outro lado, a minha filha e o meu genro iam para o trabalho, e eu ficava em casa, sozinho. Assim, fico por aqui a lidar com pessoas.” (Entrevistado que integra Unidade Funcional do IASFA).

E27 – “A minha vida como reformado por invalidez foi afetada, sim. Ainda hoje ando a lutar por uma parte do montante que me é devido, porque não recebo a reforma complete. Deveria receber isso na altura em que fiz 65 anos e ainda estou à espera.”

E29 – “Estou só, ando de casa em casa, tomo cada vez mais medicamentos e não consigo desfrutar da minha velhice como gostava”.

Procurando identificar-se na presente investigação quais as perdas e ganhos a que levou a participação na Guerra Colonial para os ex-militares que nela serviram, a par da perceção dos entrevistados, realizou-se o levantamento dos ganhos e das perdas de prestar serviço militar na Guerra Colonial, segundo alguns testemunhos dos entrevistados:

E01 – “ (...) Perdas só naqueles termos de ter estado deslocado da família”.

E02 – “ (...) guardo bons amigos desse tempo (...) os da 2ª fase, do hospital militar (...) agente sempre perde qualquer coisa quando se vai embora (...) há amigos que (...) com quem agente deixa de perder contacto com eles”.

E03 – “Eu em ganhos não vejo nenhuns, em perdas perdi (...) toda a minha juventude ao fim ao cabo (...) tinha 21 anos (...)”.

E04 – “ (...) Os problemas que estão aí (...) a idade mais perfeita que nós temos, eles mandam-nos as luvas e agora aguentem-se aqui dois anos (...) mas olhe, a tropa também ensina muito (...) e nesse tempo cuidado com a disciplina (...)”.

E05 – “ (...) Gostei muito de ser militar, logo à partida, até porque fui voluntário (...) olhando depois à circunstância física (...) sou deficiente das forças armadas (...) fui ferido mas não morri (...) podiam ter-me cortado as pernas mas não cortaram, segui em frente (...) mesmo assim com dificuldades, fazia tudo aquilo que era possível fazer (...) gosto muito de viver (...)”.

E06 – “Se calhar uma espécie de crescimento humano forçado, arranjar alguns amigos (...) as perdas foi uma certa, digamos, descrença (...) mas uma certa maneira cautelosa de encarar as coisas (...) vale a pena dizer-lhe que a experiência nesta associação é muito gratificante (...) ajuda no combate a quem viveu uma mesma vivência (...)».

E07 – “ (...) Eu pelo facto de ter optado pelo ativo (...) foi-me permitido por uma lei, o Decreto-Lei 43/76² (...) foi fundamental para mim, porque «quem é que dava trabalho a um cego sem mãos?» sejamos realistas (...) se não fosse esta oportunidade (...) ia para casa, dava em doido, e dava em doida a minha mulher (...) a minha integração nas forças armadas foi fundamental (...) se eu fosse realista, dizia nem um ganho (...) mas tive ganhos de prestar serviço mas depois aconteceu a guerra, o acidente (...) do acidente resultou a deficiência, há o lado negativo da deficiência, a dependência. Sou dependente em muita coisa, há muita coisa que não posso fazer mas como disse há bocado há também um lado positivo (...) a independência, a autonomia, tudo aquilo que pude colher de positivo, dos contactos que tive, de ser muito irreverente, de querer sempre aprender, saber mais, não ficar acomodado (...) «eu não me posso deixar estupidificar», tinha este pensamento (...) houve sempre este meu pensamento, houve um lado positivo que me empurrou para a frente (...) tinha de mostrar aos meus filhos que eu trabalhava como os pais dos outros, e não era o pai ceguinho que estava em casa (...). Houve um lado extremamente negativo, doloroso,

² Decreto-Lei 43/76 – “Reconhece o direito à reparação material e moral que assiste aos deficientes das forças armadas e institui medidas e meios que concorram para a sua plena integração na sociedade” (DRE, 2019).

revoltante (...) mas houve um lado extremamente positivo que eu agarrei e a minha mulher também, agarrámos este lado e deste lado positivo transmitimo-lo aos nossos filhos (...) todos eles estão no seu caminho, isto para um pai e uma mãe (...) é reconfortante e realizador (...) e depois ainda há outro lado extremamente positivo, que é a parte espiritual (...). Nós, os cegos, (...) olhamos muito, como não temos a visão externa, olhamos muito para dentro de nós (...) e há uma busca (...) a minha mulher era crente, eu não era tanto (...) hoje estou perfeitamente consciente que (...) sou Católico (...) e essa busca também encontrei, de fé, de pôr em prática na vida (...) até dar o meu testemunho, até indiretamente, presencialmente até (...) tudo isto é o lado positivo que eu colhi da vida e sou um homem feliz”.

E08 – “ (...) Concordo com o serviço militar obrigatório, eu penso que é um ganho. Conheci pessoas no serviço militar, muito me orgulho, penso que a minha vida e a minha personalidade mudou (...) o que eu queria era que não tivesse existido guerra”.

E09 – “Houve ganhos, apesar de tudo, houve ganhos, pelas experiências, pela formação, acabei por me fazer um homem na tropa, fui para lá com 18 anos era um menino (...) tive ganhos realmente pela formação, pelas experiências vividas, pelas vivências, há a parte negativa que são as sequelas, ficaram e estão para o resto da vida, e que nos afetam e passam-se uns dias melhores, outros piores (...) a medicação é que me mantém (...) procuro manter-me ocupado (...) mas há dias em que não há disposição nenhuma (...)”.

E10 – “ (...) Os ganhos (...) ter conhecido a província de Moçambique, ter contactado com novas pessoas, com uma sociedade diferente, mas as perdas foram superiores a isso. Preferia não ter conhecido nada disso, nunca ter ido para a guerra e que nunca tivesse existido a guerra (...)».

E11 – “As perdas foram maiores que os ganhos, ficar com uma deficiência destas (...) os ganhos (...) foi a tomada de consciência de uma cidadania mais profunda (...) nós temos que vir ao de cima para reagir, depois isso faz-nos crescer, agora de resto tive mais perdas, a perda de visão (...) mas não se esqueça (...) dourar a pílula não, isto é muito duro, é o que eu sinto (...) ser cego é duro (...) não ver os meus netos, não ver a cara dos meus filhos (...) para mim a minha mulher tem sempre a cara de 18

anos (...) temos de saber tirar das coisas que nos acontecem a parte boa, olhe por exemplo (...) a minha mulher é sempre jovem (...) não é um contentamento (...) é uma forma que encontramos para todos os dias tentarmos estar de pé”.

E14 – *“Para mim, só prejuízos. Deram cabo da minha vida e da minha saúde, para defender o grande capital que não se importa comigo (...)».*

E15 – *“Ganhos foi ter-me tornado noutra pessoa, com mais conhecimentos adquiridos na Marinha, tanto na área de educação, profissionalismo, respeito, tudo. Perdas, tenho saúde ainda, por isso não me posso queixar.”*

E17 – *“Perdi toda a minha juventude, a minha formação, perdi tudo. Não se aprende nada lá, a única coisa que trouxe foram as chamadas ‘amizades de sangue’, que ficam até aos dias de hoje.”*

E18 – *“Não ganhei nada, só perdi. A minha saúde, o envelhecimento precoce porque fiquei psicologicamente arrasado, e todos os dias penso na guerra. Há acontecimentos que não conseguimos tirar da cabeça.”*

E22 – *“Em princípio não perdi nada, mas ganhei uma família nos meus companheiros de navio.”*

E25 – *“Se tivesse continuado na construção teria tido uma boa carreira em França.”*

E27 – *“Perdas em tudo. Fui para uma guerra ganhar menos do que se estivesse aqui a trabalhar, foi o meu tempo, a minha juventude.”*

E28 – *“Não ganhei nada, perdi a minha mocidade, alegria e saúde”.*

E29 – *“Não ganhei nada, só ganhei doenças e perdas, perdi sonhos, realizações e a esposa”.*

E30 – *“Não ganhei nada e perdi o que é o melhor da vida, alegria, vivacidade e deixei de acreditar nas minhas capacidades”.*

Conclusões

No decorrer da investigação, o objetivo consistiu em analisar de que modo a participação na Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares de diferentes ramos de serviço, como o Exército, a Força Aérea e a Marinha; e de diferentes teatros de operações, nomeadamente Angola, Guiné e Moçambique, que se encontravam em serviço entre os anos de 1961 e 1975.

Com esta investigação, foi possível responder à questão de partida do estudo “Prestar serviço militar na Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento dos ex-militares?”. Sim, tendo em conta que o processo de envelhecimento vai trazendo alterações este foi condicionado pela participação e prestação de serviço militar na Guerra Colonial, dando-se assim uma resposta à questão nuclear de investigação.

Por sua vez, dando resposta aos objetivos geral e aos objetivos específicos do estudo, referindo os principais resultados identificaram-se 29 ex-militares associados a dispositivos de suporte como a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), Associação de Apoio aos Ex-Combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR) e Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), tendo-se caracterizado em termos sociodemográficos a população-alvo, na medida em que os participantes têm idades compreendidas entre os 67 e os 87 anos de idade, sendo a média de idades de 73 anos, 10 (35,5%) participantes são do distrito de Évora, 13 (45%) participantes possuem a 4ª classe de escolaridade e 19 (66%) participantes são casados.

No âmbito da caracterização do serviço militar, 19 participantes integram o ramo de serviço do Exército (65,6% da amostra), ao passo que 17,2% integraram a Força Aérea e outros 17,2% integraram a Marinha, em distintas Comissões, ao longo dos anos de conflito armado, sendo a Patente de Soldado a mais comum entre os entrevistados, representando 34,5%.

Por sua vez, identificaram-se relações entre a participação na Guerra Colonial, as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento da população-alvo, na medida em que 15 (51%) participantes iniciaram a sua 1ª Comissão com 21 anos de idade ou sendo mais novos, sendo que 23 (79%) dos participantes afirmam que terem prestado serviço

militar na Guerra Colonial condicionou os seus projetos de vida, enquanto 6 (21%) afirmam que não condicionou.

Constatou-se que 21 (72%) participantes não regressaram ao local de onde saíram para prestar serviço militar; 27 (93%) participantes afirmam ter sentido apoio da família; 20 (69%) sentiram apoio da rede de vizinhança, enquanto 16 (55%) sentiram apoio do Estado/Sociedade. Por sua vez, 26 (90%) participantes afirmam que a guerra teve efeito na sua saúde e bem-estar e 20 (69%) referem que sofreram ferimentos incapacitantes, contudo 3 (10%) participantes afirmaram precisar de apoio nas AVD's.

Para os entrevistados, a Guerra Colonial foi na sua maioria definida como uma guerra injusta. Dos participantes, 16 (55%) referem que precisaram ou precisam de suporte/aconselhamento emocional, sendo várias as respostas que prestaram/prestam apoio a este nível, destacando-se o apoio dado pela APOIAR e pela Fundação Raquel e Martin Sain, 16 (55%) participantes afirmam que o serviço militar influenciou a vida familiar, sendo que esta divisão é mais acentuada no que concerne ao impacto que o serviço militar teve na vida profissional, com 19 (66%) dos participantes a afirmar que a sua vida profissional foi influenciada por este acontecimento.

No que concerne ao efeito da prestação de serviço militar na guerra colonial no processo de envelhecimento de ex-militares, segundo a sua própria perceção 12 (41%) consideram que não teve efeito e 16 (55%) dos participantes considera que teve efeito, com os restantes 1 (3%) a não saber responder.

Segundo a perceção dos Informadores Qualificados, 89% considera que a participação e prestação de serviço militar condicionou as trajetórias de e vida e o processo de envelhecimento dos ex-militares, enquanto 11% considera que não.

À luz do processo adaptativo de ganhos e perdas desenvolvimentais, identificaram-se quais as perdas e ganhos a que levou a participação na Guerra Colonial para os ex-militares que nela serviram, sendo as perdas mais registadas a distância da família; a perda da juventude; questões ao nível da saúde causadas por sequelas/deficiências/incapacidades, sendo as mais assinaladas do foro visual, do equilíbrio emocional/psicológico e de mobilidade; perda de confiança e de autoestima; perda de alegria e vivacidade; perda de autorrealização no sentido de cumprimento de sonhos e realizações pessoais. Na ótica dos ganhos regista-se a construção de amizades; o contacto com outros povos/culturas; a disciplina, educação e formação adquirida; o crescimento humano, a par das vivências e experiências.

Concluindo, embora os objetivos propostos tenham sido cumpridos, este estudo exploratório, realizado segundo o critério de saturação da amostra, incide sobre ex-militares associados e apoiados pelos dispositivos de suporte (ADFA, APOIAR e IASFA), referindo-se que poderá ser interessante, para investigações futuras, identificar mais indivíduos, apoiados ou não pelos dispositivos de suporte que colaboraram com o presente estudo, entre outros que apoiam ex-militares. Igualmente, por não estar ainda descrito na literatura como é que a PSPT e o processo de envelhecimento se interrelacionam, não foi possível fazer essa análise, podendo esta também ser uma sugestão de proposta para futuras investigações.

Em suma, a prossecução do estudo a nível longitudinal seria de grande interesse para um alcance de resultados mais conclusivos, visto que a presente investigação consiste em uma análise mais focada numa franja específica da população.

Considerações Finais

Como se conta uma guerra? A guerra colonial nos três teatros de operações, das ações mais comuns às mais invulgares, foi experienciada e vivida por diferentes intervenientes de formas distintas (Pinto, 2011).

Na presente dissertação de mestrado, partilham-se memórias e contam-se histórias de vida de homens que foram à guerra colonial, muitos na flor da juventude, que iam cumprir um dever. As suas histórias são um retrato. Cada ex-militar entrevistado experienciou a guerra colonial de forma distinta. Procurou-se conhecer as suas histórias e através dos relatos das suas memórias, identificar relações entre os seus papéis no conflito armado e os rumos que as suas vidas levaram, considerando o ciclo de vida, não esquecendo que como Carlos Matos Gomes enaltece “nós, os portugueses de hoje, temos acesso à história dos anos de guerra como ela ficou gravada naqueles que a fizeram” (cit. in Pinto, 2011, p. 15).

Para as gerações mais novas, como a minha, a guerra colonial não foi uma realidade. Como Nuno Tiago Pinto (2011), refere “não foi uma realidade com a qual tivemos de lidar, viver e muito menos rezear”. Este acontecimento, parte integrante da História de Portugal, não pode ficar perdido. Esquecido. Não pode ser esquecida a influência que teve na vida dos militares mobilizados e das suas famílias, que aguardavam pelo regresso dos seus entes queridos, que ao regressarem, regressaram com marcas físicas e psicológicas. A realidade foi-me dada a conhecer por vinte e nove homens que aceitaram falar comigo, apesar do quão doloroso tenha sido este conflito para cada um deles. É garantido que “só quem lá esteve pode perceber realmente o que foi a guerra” (Pinto, 2011), contudo foi uma preocupação pessoal, dar a conhecer diferentes realidades e no âmbito do Mestrado em Gerontologia Social, retratar como este conflito armado que levou muitos rapazes nos seus 20 anos de idade a serem enviados para combate, condicionou trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de homens que hoje, nos seus 60-90 anos, recordam os sacrifícios que fizeram, no cumprimento de ordens do poder político.

Bibliografia

ADFA, Associação dos Deficientes das Forças Armadas (2017). *Deficientes das Forças Armadas – A Geração da Rutura*. Lisboa: Edições Parsifal.

António, S. (2009). Um mundo grisalho. In *Cadernos de Economia*, Ano XXII, nº88, Jul/Set 2009, pp. 21-28.

António, S. (2011). Solidariedade intergeracional: envelhecimento demográfico e opiniões dos portugueses. In *Intervenção Social*, número 36 (87-97). Lisboa: Universidade Lusíada.

António, S. (2011). Envelhecimento demográfico em Portugal 2020. In *Cadernos de Economia*, ano XXIV, Número 96 – jul/set 2011, pp. 15-19.

Anunciação, C. (1997). Ajustamento marital em ex-combatentes da Guerra Colonial com e sem perturbação pós-stress traumático. *Análise Psicológica*, 15 (4), 595-604.

Baltes, P. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23(5), 611-626.

Baltes, P. & Baltes, M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In Baltes, P. & Baltes, M. (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences* (1-34). Cambridge, MA: Cambridge University Press.

Bardin, L. (2004). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Bárrios, M. J. (2017). *Políticas de envelhecimento ao nível local. Análise e avaliação de programas a partir do paradigma de envelhecimento ativo*. (Tese de Doutoramento elaborada para obtenção do grau de Doutor em Ciências Sociais na especialidade de Política Social). ISCSP: Lisboa.

Birren, J. (1972). Aging – Psychological Aspects. In *International Encyclopedia of the Social Sciences*. London: The Macmillan Company / New York: The Free Press, vol. 1 complete and unabridged.

Birren, J. (1996). History of Gerontology. In *Encyclopedia of Gerontology – Age, Aging and the Aged* (655-665). San Diego / New York / Boston / London / Sydney / Tokyo / Toronto: Academic Press.

Caldas, C. (2007). Teorias sociológicas do envelhecimento. In: Papaléo Netto, M. *Tratado de Gerontologia*, 77-84. (2ª ed.). São Paulo: Atheneu.

Calvinho, A. (1999). *Trinta Facadas de Raiva*. Lisboa: ADFA.

Câmara, S. (2015). *Atitudes de futuros profissionais de saúde e serviço social face ao trabalho com a população idosa. Escala de Kogan e Relações Intergeracionais*. (Tese de Doutoramento elaborada para obtenção do grau de Doutor em Gerontologia Social). Universidade da Corunha, Espanha.

Carmo, H. & Ferreira M. (2008). *Metodologia da Investigação: Guia para a Autoaprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.

Carmo, H. (2013). Sistemas de orientação na pesquisa: formulação de objetivos, hipóteses e modelo de análise. In *Manual de metodologia das ciências sociais e políticas*, Lisboa, ISCSP (no prelo).

Correia, M. (2018). *Traumatização Secundária em Esposas de Veteranos da Guerra Colonial Portuguesa com Perturbação de Stress Pós-Traumático: um Perfil de Funcionamento Psicológico e de Qualidade de Vida*. (Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia Clínica e da Saúde). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra: Coimbra.

Fernandes, A. (2016). A proteção Social na Velhice estará em Risco? In A. Fernandes, P. Albuquerque, e A. Fonseca (coord.). *A (re) forma das reformas. Uma análise sociológica, económica e psicológica da reforma e do sistema de pensões*, (pp.9-53). Lisboa: Almedina.

Fernández-Ballesteros, R. (2004). *Gerontología Social*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Firmino, H. & Matos, M. (2016). Alcoolismo e outras dependências. In Firmino, H., Simões, M. e Cerejeira, J. (coord.) *Saúde Mental das Pessoas Mais Velhas*. (pp. 215-227). Lisboa: Lidel.

Fonseca, A. (2004). *Uma Abordagem Psicológica da “Passagem da Reforma” - Desenvolvimento, Envelhecimento, Transição e Adaptação*. (Tese de Doutoramento elaborada para obtenção do grau de Doutor em Ciências Biomédicas). Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar: Universidade do Porto.

Fonseca, A. (2018). *Boas práticas de Ageing in Place. Divulgar para valorizar. Guia de boas práticas*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Gomes, M. C. & Afonso, A. (2000). *Guerra Colonial*. Lisboa: Editorial Notícias.

Gomes, M. C. & Afonso, A. (2009). Guerra Colonial: teorias e práticas da contra-subversão. In *Revista de História das Ideias*. Coimbra, número 30, 435-452.

Hernández-Rodríguez, G. (2003). La Gerontología como nuevo yacimiento ocupacional. In J. Mayán Santos, *Gerontología Clínica* (9-88). Santiago de Compostela: Ediciones Segá.

IASFA, Instituto de Ação Social das Forças Armadas (2019). *Centro de Apoio Social de Oeiras*. Disponível em: www.iasfa.pt. Consultado a : 24 de agosto de 2019.

Malloy-Diniz, L., Fuentes, D. & Consenza, R. (coord). (2013). Conceitos e teorias sobre o envelhecimento. In *Neuropsicologia do Envelhecimento: Uma Abordagem Multidimensional* (pp. 17- 42) Porto Alegre: Artmed.

Martins, E. (2013). *Gerontologia & Gerontagogia e Animação Sociocultural em Idosos*. Lisboa: Editorial Cáritas.

Melo, J. (1988). *Os Anos da Guerra – 1961/1975* (Edição n.º 2201). Lisboa: Círculo de Leitores.

Paúl, C. & Ribeiro, O. (2012). *Manual de Gerontologia. Aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*. Lisboa: Lidel.

Pereira, A. (2012). *Trauma e Perturbação e Stress Pós-Traumático*. (Tese de Mestrado elaborada para obtenção do grau de Mestre em Psicologia na especialidade de Psicologia Clínica). ISPA: Lisboa.

Pinto, A. (1999). Portugal e a resistência à descolonização. In F. Bethencourt & K. Chaudhuri (Dir.), *História da Expansão Portuguesa: Vol. 5: Último Império e Recentramento (1930 – 1998)*, (pp. 51-62). Lisboa: Círculo de Leitores.

Pinto, N. (2011). *Dias de coragem e de amizade. Angola, Guiné e Moçambique: 50 histórias da guerra colonial*. Lisboa: A Esfera dos Livros.

Roque, S. (2017). *Os Silêncios da Guerra Colonial*. Lisboa: Ozias Filho.

Sequeira, C. (2010). *Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental*. Lisboa: Lidel.

Spiro, A., Settersten, R. & Aldwin, C. (2016). Long-term Outcomes of Military Service in Aging and the Life Course: A Positive Re-envisioning. *The Gerontologist*: 56, 1, 5-13.

Vaillant, G. (2003). *Aging well*. New York, NY: Little Brown.

Apêndices

▪ Apêndice 1: Contexto Histórico da Guerra Colonial

Da análise bibliográfica considerada, apresentam-se bases de explicação da Guerra Colonial:

a. Bases de explicação da Guerra Colonial

Matos Gomes & Afonso (2009) indicam que “na partilha de África resultante da Conferência de Berlim (1884-1885), Portugal beneficiou da luta entre as grandes potências europeias para ser contemplado com os territórios que irão constituir o seu império colonial” (p.436).

Pinto (1999), transmite que “Portugal saiu da Segunda Guerra Mundial com a imagem benigna de uma neutralidade colaborante com os Aliados” mas que “foi excluído da reorganização do novo sistema internacional, nos primeiros anos do pós-guerra”, ao não ser “convidado para a Conferência de São Francisco como a sua candidatura à ONU seria vetada pela URSS, em 1946”, contudo “as hesitações e desconfianças perante os EUA, a nova potência dominante na Europa Ocidental, levaram Salazar a rejeitar inicialmente o Plano Marshall, em 1947”. Refere-se que o salazarismo se assustou “com os ventos de mudança autonomistas e democráticos representados desde logo na Carta das Nações Unidas e, sobretudo, pelo anticolonialismo formal dos Estados Unidos” (Pinto, 1999, p.51).

Com o “ímpeto descolonizador da ONU (...) em 1951, as colónias passavam a constar na Constituição como «províncias ultramarinas» (numa possível tentativa de evitar que a ONU as colocasse na lista dos territórios a descolonizar – recusa que Portugal assumiu desde o momento em que aderiu à Organização) ”, contudo a Assembleia Geral das Nações Unidas “rejeitava a designação e insistia no alargamento do conceito descolonizador aos domínios lusitanos em África” (Melo, 1988, p.38).

Com o surgimento de múltiplos movimentos nacionalistas, Matos Gomes & Afonso (2009) referem que as Forças Armadas “se prepararam, pelo menos desde 1959, para enfrentar a contestação à situação colonial, mas esta antecipação não só não foi utilizada pelo poder político como este veio a impor a sua visão de um prolongamento indefinido da guerra, considerando que um problema essencialmente político se poderia resolver com uma ação essencialmente militar”, sendo que “as bases

de partida da preparação militar inicial foram as reestruturações do aparelho militar, com a criação de Regiões Militares/Comandos Territoriais, Comandos Navais e Regiões Aéreas/ Comandos de Zona nos territórios ultramarinos, com a criação de unidades para a guerra de contra-guerrilha” e a “adaptação das unidades de infantaria a unidades de caçadores, batalhões e companhias, que passaram a ser as unidades-base da guerra” (Matos Gomes & Afonso, 2009).

Para Matos Gomes & Afonso (2009):

«a partir do desencadear da guerra, as Forças Armadas e especialmente o Exército, sobre quem recaiu o principal esforço, vão rapidamente adaptar-se e responder às situações, improvisando soluções à medida que surgiam as necessidades. A ideia de que a guerra seria curta, ou que, pelo menos, não estava previsto que fosse longa, pode ser confirmada pelo facto de a numeração das unidades do Exército mobilizadas ser feito em sequência corrente, o que levaria a números da ordem dos vários dígitos, no caso do seu prolongamento. Na ausência de um efectivo Estado-Maior General que unificasse procedimentos e assegurasse a unidade de comando e de doutrina, a guerra era conduzida por cada um dos ramos (Exército, Marinha e Força Aérea) e só bastante tarde se implantou nos teatros o conceito de Comando-chefe com real autoridade sobre as forças de terra, mar e ar» (p.449).

Por sua vez, na metrópole, Matos Gomes & Afonso (2009) evidenciam que “o Ministério da Defesa estava integrado na Presidência do Conselho de Ministros e a sua principal função era gerir os orçamentos”, sendo que a “preparação para a guerra estava centrada nos Ministérios e nos Estados-Maiores dos três ramos” permitindo esta situação “apoiar com razoável eficácia durante treze anos as tropas mobilizadas, cujos efetivos chegaram à ordem dos 170.000 homens em operações”.

A par do colapso militar que ocorreu em Abril de 1974, as razões deste assentam, segundo Matos Gomes & Afonso (2009):

«em primeiro e último lugar nas questões de pessoal e, entre estas, nas questões do esgotamento dos quadros do Exército. As razões para o fim da situação colonial de Portugal são conhecidas - ela era historicamente insustentável e, por isso, o resultado era inevitável. Quanto ao comportamento das Forças Armadas restam duas questões para as quais a resposta aponta na direção da má gestão do pessoal. As Forças Armadas superaram as situações operacionais, enquanto a guerra se manteve num

nível de violência compatível com as características e limitações de um Exército de grandes efetivos, de soldados rústicos, maioritariamente camponeses, com baixo nível de tecnologia, fracamente instruído, com um comando de tipo afetivo e que resistia às condições de vida adversas, mas incapaz de enfrentar o aumento de intensidade do combate introduzido pelos movimentos de libertação na Guiné e em Moçambique nos últimos anos de guerra» (p.450).

Contata-se por Matos Gomes & Afonso (2009) que:

«Como o Governo não apresentava nenhuma saída para a guerra a não ser a sua continuação, foi suficiente a perda da supremacia aérea na Guiné e os ataques do PAIGC às guarnições de fronteira no norte (Guidage) e no sul (Guileje/ Gadamael) para lhes surgir o fantasma da derrota e da ignomínia da índia. Em Moçambique, a hostilidade dos colonos da região de Tete / Beira contra as forças armadas, que acusavam de incapazes de as defender, os escândalos resultantes dos massacres cometidos por elementos das Forças Armadas, a contínua degradação da situação política e militar, levaram os quadros militares de Moçambique a confrontarem-se com os limites da sua atuação».

Em suma, “o regime e as suas Forças Armadas atingiram, em 25 de Abril de 1974, o ponto de rutura” (Matos Gomes & Afonso, 2009, p. 451).


Para um enquadramento de acontecimentos de grande importância no decorrer da guerra colonial, criou-se o posterior Quadro 1, que traduz os momentos selecionados, para retratar momentos decisivos no desencadeamento e no término do conflito armado:


Quadro 1 – Momentos decisivos da Guerra Colonial

1945-1960	
26.06.1945	Assinatura da Carta das Nações Unidas por 50 países na Conferência de S. Francisco
02.09.1945	Fim da II Guerra Mundial
24.10.1945	Criação da ONU
04.04.1949	Criação da NATO
11.06.1951	Desaparecimento da autonomia formal do Ato Colonial
15.06.1951	Ministério das Colónias passa a designar-se Ministério do Ultramar
09.08.1954	Reorganização da PIDE com a criação do quadro para o Ultramar
05.1955	Constituição do Pacto de Varsóvia
14.12.1955	Admissão de Portugal na ONU
18.09.1956	Fundação, em Bissau, do PAIGC, dirigido por Amílcar Cabral
10.12.1956	Fundação, em Luanda, do MPLA, chefiado por Mário de Andrade
12.03.1959	Tentativa fracassada de golpe contra o regime de Salazar
22.04.1959	Diretiva do ministro do Exército sobre a ^{*Continuação na próxima página} para operações de contraguerrilha para atuação no Ultramar
13.06.1960	Declaração do MPLA ao Governo Português para a solução pacífica do problema colonial
25.09.1960	Petição do PAIGC ao Governo Português para resolução pacífica do problema da Guiné

1961-1975	
20.01.1961	Posse de John Kennedy como presidente dos EUA
22.01.1961	Assalto ao paquete Santa Maria, dirigido por Henrique Galvão
04.03.1961	Informação dos EUA ao Ministério da Defesa sobre a decisão da UPA em provocar incidentes violentos na noite de 15 de março
15.03.1961	Início de uma rebelião dirigida pelo UPA, no Norte de Angola
13.04.1961	Tentativa de golpe de Estado dirigido pelo general Botelho Moniz, que leva à demissão dos mais altos chefes militares
22.11.1961	Alteração do sistema tributário português, para fazer face às despesas de guerra
27.03.1962	Constituição da FNLA, a partir da UPA e da PDA
25.06.1962	Criação da Frelimo, presidida por Eduardo Mondlane
09.1962	Fundação, em Dacar da FLING
14.12.1962	Resolução da Assembleia Geral da ONU sobre Angola, condenando a atitude de Portugal, pedindo o reconhecimento imediato do direito dos povos não autónomos à autodeterminação e independência e a cessação imediata de todos os atos de repressão
23.01.1963	Início da luta armada na Guiné, com um ataque ao quartel de Tite pelo PAIGC
10.06.1963	Fundação pelo MPLA, da FDLA
22.11.1963	Assassínio do presidente Kennedy, nos EUA
25.09.1964	Início da luta armada em Moçambique, conduzida pela Frelimo, com um ataque a Chai (Cabo Delgado)
13.02.1965	Assassínio de Humberto Delgado pela PIDE, próximo de Badajoz
02.07.1965	Início da Operação Águia, 1ª grande operação realizada pelas forças portuguesas em Moçambique, na zona de Mueda
15.03.1966	Fundação da UNITA, chefiada por Jonas Savinbi
04.1967	Hospital Militar de Hamburgo recebe 88 mutilados de guerra portugueses
09.07.1968	Entrada em funcionamento do Centro de Alcoitão para mutilados de guerra
03.02.1969	Assassínio de Eduardo Mondlane, líder da Frelimo
29.10.1970	Ação de sabotagem no navio Vera Cruz, em Lisboa
17.04.1972	Carta de Spínola a Marcelo Caetano em que considera que «não ganharemos esta guerra pela força das armas»
20.01.1973	Assassínio de Amílcar Cabral
15.03.1974	Demissão de Costa Gomes e António Spínola dos cargos de Chefe e Vice-Chefe do Estado-Maior-General das Forças Armadas
16.03.1974	Pronunciamento do RI 5, das Caldas da Rainha, 1ª tentativa de golpe militar do Movimento dos Oficiais das Forças Armadas, que conduz à prisão de cerca de 200 homens
24.04.1974	Organização do posto de comando do MFA Engenharia 1, na Pontinha
25.04.1974	Revolução dos Cravos conduzida pelo MFA Nomeação pelo MFA, de _____ *Continuação na próxima página
26.04.1974	Golpe de Estado do MFA na Guiné
25.05.1974	Início das conversações com PAIGC, em Londres
06.06.1974	Início das conversações entre Portugal e a Frelimo, em Lusaca
10.09.1974	Reconhecimento do Estado da Guiné-Bissau por Portugal
31.12.1974	Institucionalização da Comissão Nacional de Descolonização
25.06.1975	Independência de Moçambique
11.11.1975	Independência de Angola

Fonte: Elaboração própria, com recurso a dados bibliográficos estatísticos apresentados na obra “Guerra Colonial” (Matos Gomes & Afonso, 2000, p.570 a 609).

 - Início das lutas armadas nos teatros de operações de Angola, Guiné e Moçambique;

 - Término das lutas armadas nos teatros de operações de Angola, Guiné e Moçambique.

▪ Apêndice 2: Tabelas

Fonte: Elaboração própria

Tabela 12 - Distribuição dos Entrevistados por Situação perante o Emprego

Situação perante o emprego	<i>n</i>	%
Reformado	28	97%
Trabalhador por conta de outrem no ramo de Jardinagem	1	3%
Total	29	100%

Tabela 13 - Distribuição dos Entrevistados por Descendência

Filhos	%	Netos	%
0	10%	0	100%
1	31%	0	33%
		1	56%
		2	11%
2	48%	0	7%
		1	21%
		2	21%
		3	14%
		4	36%
3	3%	7	100%
4	3%	4	100%
5	3%	3	100%
Total	100%	Total	100%

Tabela 14- Distribuição dos Entrevistados por N° e Período de Comissões

Número de Comissões	<i>n</i>	%
1	23	79.3%
2	6	20.7%
Total	29	100.0%

Período de Comissões	<i>n</i>	%
1960-1964 / 1967-1972	1	3.4%
1963-1966 / 1967-1974	1	3.4%
1964-1964	1	3.4%
1964-1964 (7 meses)	1	3.4%
1964-1966 / 1972-1974	1	3.4%
1965-1968	1	3.4%
1966-1968	2	6.9%
1967-1969	1	3.4%
1967-1970	1	3.4%
1968-1969	1	3.4%
1968-1971 / 1972-1974	1	3.4%
1969-1970	1	3.4%
1969-1971	1	3.4%
1970-1970	1	3.4%
1970-1970 (8 meses)	1	3.4%
1970-1971	1	3.4%
1970-1971 / 1973-1975	1	3.4%
1970-1972	4	13.8%
1971-1971 (28 dias)	1	3.4%
1971-1974	1	3.4%
1972-1974	2	6.9%
1972-1975	1	3.4%
1973-1974	1	3.4%
1973-1975	1	3.4%
Total	29	100%

Tabela 15 - Distribuição dos Entrevistados por Companhia/Destacamento, Regimento e Unidade

Companhia / Destacamento	n	%
Batalhão 2872 Companhia de Caçadores 2506	1	3.4%
Companhia de Artilharia 2387	1	3.4%
Destacamento Nr. 12 de Fuzileiros Especiais na Guiné / Destacamento Nr. 6 de Fuzileiros Especiais em Angola	1	3.4%
27ª Companhia de Comandos	1	3.4%
2ª Companhia / Batalhão de Caçadores da Beira	1	3.4%
Companhia de Caçadores 2621	1	3.4%
Companhia de Comandos e Serviços	2	6.9%
Companhia de Caçadores 2665	1	3.4%
1ª Companhia / Batalhão de Caçadores Páraquedista N.º 21	1	3.4%
Companhia 174 / Batalhão de Caçadores	1	3.4%
Companhia de Caçadores de Inhambane	1	3.4%
Companhia de Caçadores 3497	1	3.4%
Companhia de Cavalaria 1505	1	3.4%
Atribuição pelos comandos para apoio a operações de vários Batalhões e Companhias	1	3.4%
Diferentes Destacamentos	4	13.8%
Companhia de Artilharia 2711	1	3.4%
Não refere	7	24.1%
Companhia de Cavalaria 2690	1	3.4%
1ª Companhia de Artilharia	1	3.4%
Total	29	100%

Regimento	n	%
Regimento de Infantaria N.º 2	1	3.4%
Regimento de Infantaria N.º 18	1	3.4%
Não refere	16	55.2%
Caçadores Paraquedistas	1	3.4%
Regimento de Comandos	1	3.4%
Regimento de Infantaria N.º 16	1	3.4%
Regimento de Caçadores Páraquedistas (Tancos)	1	3.4%
Batalhão de Caçadores N.º 6	1	3.4%
Sector da Casula	1	3.4%
Batalhão de Caçadores 3874	1	3.4%
Regimento de Cavalaria N.º 3	2	6.9%
Regimento de Infantaria N.º 15	1	3.4%
Regimento de Infantaria - Armas Pesadas	1	3.4%
Total	29	100.0%

Unidade	n	%
Regimento de Infantaria de Abrantes	1	3.4%
Regimento de Infantaria de Elvas	1	3.4%
Unidade Naval	1	3.4%
Unidade de Lamego	1	3.4%
Tropas Paraquedistas	1	3.4%
Não refere	8	27.6%
Regimento de Infantaria de Évora	1	3.4%
Unidade de Tancos	1	3.4%
Regimento de Infantaria de Castelo Branco	1	3.4%
Sector da Casula	1	3.4%
Regimento de Cavalaria de Estremoz	1	3.4%
Unidade de Transmissões	1	3.4%
Batalhão de Artilharia 2916	1	3.4%
Batalhão de Caçadores 4516	1	3.4%
Batalhão de Caçadores Paraquedistas Nr. 21	1	3.4%
Batalhão de Cavalaria 2902	1	3.4%
Aeródromo-Base N.º 4: Base Aérea de sector em Henrique de Carvalho Região Aérea N.º 1: Aeródromo-Base N.º 12	1	3.4%
Passagem por várias bases	1	3.4%
Batalhão de Cavalaria 2909	1	3.4%
Batalhão de Caçadores	1	3.4%
Batalhão de Caçadores 13	1	3.4%
Batalhão 7220	1	3.4%
Total	29	100.0%

Tabela 16 - Distribuição dos Entrevistados por Teatro de Operações e Ramos de Serviço

Teatro de Operações	n	%
Angola	8	27.6%
Guiné	6	20.7%
Moçambique	12	41.4%
Guiné / Angola	1	3.4%
Moçambique / Guiné	1	3.4%
Angola / Guiné	1	3.4%
Total	29	100%

Ramo de Serviços	n	%
Exército	19	65.5%
Marinha	5	17.2%
Força Aérea	5	17.2%
Total	29	100.0%

▪ **Apêndice 3: Informações sobre Dispositivos de Suporte**

- Registo de Agendamentos

Para o cumprimento dos objetivos propostos, iniciaram-se os agendamentos com os vários dispositivos de suporte, traduzindo-se nos seguintes contactos:

❖ Com a ADFA, em cumprimento à solicitação de colaboração a Direção Nacional agendou uma reunião para apresentação do Projeto, realizada a 22 de janeiro de 2019, pelas 14h30, onde a Sr.^a Paula Afonso e o Sr.^o Coronel Lopes Dias marcaram presença, demonstrando total disponibilidade por parte dos mesmos e da ADFA, em colaborar no estudo, quer como elo de ligação com ex-militares associados, quer na requisição de livros que em muito enriqueceram a componente teórica do estudo. A par da colaboração, com o apoio da Sr.^a Paula Afonso foram realizados vários agendamentos, realizando-se entre 13 de maio e 11 de junho, na Delegação de Lisboa, 6 entrevistas a Informadores Qualificados, 14 entrevistas a ex-militares (1 entrevista excluída da amostra) e 6 entrevistas a ex-militares, na Delegação de Évora.

❖ Com a APOIAR, após o agendamento de reunião para o dia 6 de maio de 2019, realizada pelas 11h, foi demonstrado pela Dr.^a Sofia Pires total disponibilidade em colaborar na investigação, sendo o elo de comunicação com associados e profissionais que quisessem participar na investigação, sendo que entre 21 de maio e 13 de setembro, por motivos de disponibilidades, realizaram-se 3 entrevistas a Informadores Qualificados e 5 associados, sendo que 2 das entrevistas foram realizadas nas instalações da APOIAR e 3 entrevistas foram realizadas pela Dr.^a Sofia Pires, por motivos de deslocação dos participantes interessados em participar na investigação.

❖ Com o IASFA, a 28 de junho de 2019 foi confirmada, por parte da Dr.^a Ana Coelho, a colaboração do Instituto pelo despacho do Conselho diretivo de 05/06/2019, tendo sido autorizada *«a colaboração do IASFA como facilitador de contacto com beneficiários para levar a cabo entrevistas no âmbito do estudo que se propõe como discente no mestrado em Gerontologia Social»*, tendo-se realizado 5 entrevistas a ex-militares beneficiários, entre 15 e 20 de julho.

▪ **Apêndice 4: Declaração / Consentimento de Gravação**



DECLARAÇÃO

Venho por este meio declarar que eu, Ana Carolina Paço de Caldas Fernandes da Costa, discente número 215961 no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, da Universidade de Lisboa, irei realizar a dissertação de Mestrado, intitulada “Ex-militares da Guerra Colonial no processo de envelhecimento”.

O objetivo geral da minha investigação é analisar de que modo a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares de diferentes ramos e diferentes teatros de operações, que se encontravam em serviço entre os anos de 1961 e 1974, na Guerra Colonial.

Declaro, por minha honra que os dados e as respostas dos entrevistados serão confidenciais e utilizados apenas para fins académicos, integrados na minha Dissertação de Mestrado, de forma codificada. Neste sentido, venho solicitar autorização para gravar a entrevista.

Lisboa, _____ de _____ de 2019

A discente, Ana Carolina Paço de Caldas Fernandes da Costa,

Declaro ter lido e compreendido este documento, bem como as informações verbais que me foram fornecidas pela investigadora. Assim, aceito participar neste estudo e permito a utilização dos dados que de forma voluntária forneço, bem como a gravação da entrevista.

O entrevistado,

▪ Apêndice 5: Guião de Entrevista – Informadores Qualificados

Guião de Entrevista

▪ Apresentação

A presente entrevista realiza-se no âmbito do Mestrado em Gerontologia Social e da Dissertação de Mestrado, intitulada “Ex-militares da Guerra Colonial no processo de envelhecimento”, sendo o objetivo geral analisar de que modo a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares de diferentes ramos e diferentes teatros de operações, que se encontravam em serviço entre os anos de 1961 e 1974. Agradeço a sua disponibilidade para participar na investigação! A entrevista é voluntária e confidencial. A informação que fornecerá será utilizada apenas para fins académicos. Solicito a sua autorização para gravar a entrevista. É livre de não responder a questões. Muito obrigada!

▪ Dados Gerais | Questões

Nome do Entrevistado	Entrevistado como Informador Qualificado:			Codificação	Data de Entrevista	Local de Entrevista
	ADFA	APOIAR	IASFA			
	Função: _____			IQ: ____		

- Qual a sua função? _____
- Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares? _____
- Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial? _____
- Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares? _____
- Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial: _____
- Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto? _____
a. Se sim, como? _____
- Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares? _____
a. Se sim, de que modo? _____
- Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial? _____
- Gostaria de acrescentar mais alguma informação? _____

Muito obrigada pela sua colaboração!

▪ **Apêndice 6: Transcrição Parcial de Conteúdo – Informadores Qualificados**

IQ01 – ADFA	Função: Assistente Social
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<i>“Eu sou assistente social na Delegação de Lisboa e presto atendimento e apoio social aos deficientes militares, esposas e filhos menores ou que tenham algum tipo de deficiência”.</i>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Marcação de atendimento ou urgência, avaliação das necessidades de apoio, faço o diagnóstico social e faço a devida intervenção necessária com a pessoa. Basicamente, sou uma técnica de encaminhamento. Aqui na ADFA não temos um centro de dia nem um lar por isso trabalho sempre com entidades exteriores, civis ou militares, e faço o encaminhamento das situações da melhor forma. Após isso, faço a monitorização para ver se as coisas estão a correr bem”.</i>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<i>“A ADFA é uma instituição constituída por deficientes militares logo após o 25 de Abril, a direção nacional é a parte “política”, os serviços centram-se nas delegações, sendo que as maiores são as de Lisboa, Porto e Coimbra, são aquelas que têm técnicos (assistentes sociais, psicólogos, serviços clínicos). A Madeira e os Açores também têm técnicos superiores”.</i>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
<i>“As guerras são sempre injustas... Saem sempre feridos, mazelas, tanto físicas como psicológicas”.</i>	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<i>“Serviço que era na altura obrigatório. Teve uma influência, claramente, negativa”.</i>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<i>“Claro que sim. Muitos sofrem de stress pós-traumático de guerra, além disso há sequelas físicas e o envelhecimento, e dada a média de idades neste momento, isso condiciona obviamente a vida das pessoas, e muito. Como assistente social, para além do envelhecimento e da deficiência, há muitas problemáticas aqui adjacentes por trás”.</i>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Nessa altura? Não. Hoje em dia, muito graças à associação, não foram esquecidos, porque esta associação luta muito pelos direitos, sempre o fez. É uma luta constante porque os partidos políticos estão sempre a mudar e é uma constante relembrar dos direitos para que o que aconteceu aos ex-militares da Primeira Guerra não se repita, visto que foram esquecidos e não tinham qualquer apoio”.</i>	

IQ02 - ADFA	Função: Psicóloga Clínica
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<i>“Eu faço consultas de psicologia, para acompanhamento psicológico”.</i>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Os ex-militares apresentam uma queixa em termos de mal-estar geral, e tentamos trabalhar essa queixa para perceber ao longo da vida deles, onde surgiu essa perturbação/mal-estar e tentamos trabalhar isso, ver como vai evoluir, se é possível ultrapassar”.</i>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<i>“Há um corpo clínico do qual faço parte, na ótica de psicologia e psiquiatria. Depois existe a parte social que seria com outras equipas, que desenvolvem trabalho em várias áreas”.</i>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
<i>“Foi uma chatice... Qualquer guerra é um disparate pegado”.</i>	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<i>“Sim, transformou-os de certa forma. Muitos ficam mais agressivos, resistem menos a situações frustrantes. Entrar em conflito rápido, passar à ação rápido, e uma série de perturbações mais fisiológicas”.</i>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<i>“Sim, quando chegam cá depois da guerra não têm projeto de vida nenhum. Cada um deles tem uma forma de estar. Aos 20 anos ninguém tem projeto de vida, idade com a qual iniciam o serviço militar. Muitos deles já trabalhavam com essa idade e podiam considerar que iriam seguir essa carreira e constituir uma família, mas foram interrompidos 2 anos pelo serviço militar. Quando chegam, muitos deles conseguem retomar um trabalho normal, adequado, independentemente de terem algum tipo de perturbação que adveio do serviço militar, um “mal-estar”. Não sei se o serviço militar foi tão “decapitante” da trajetória de vida quanto isso”.</i>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Na altura, não terá dado muito. Mas é algo inerente, visto que foram feitas várias comissões sucessivas e o foco estava em enviar as pessoas para lá e não em analisar como regressavam, embora também tivessem alguma atenção a essa parte, mas sempre relacionado com o pobre desenvolvimento clínico que havia na época face aos desenvolvimentos que existem hoje. É necessário analisar à luz do que será a realidade da altura”.</i>	

IQ03 – APOIAR	Função: Médico de Clínica Geral
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<p><i>“Aqui temos um trabalho em equipa, multidisciplinar. Como clínico geral o que faço é tentar viver com as suas outras doenças que não são ligadas só ao stress e que por causas do dito stress são descuradas e mal interpretadas e desvalorizadas, muitas vezes pelos próprios. A minha função é ser “guia pedagógico” nessa ótica, promover atitudes mais saudáveis na área da clinica geral e por vezes nas outras em que possa apoiar”.</i></p>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<p><i>“Faço uma abordagem global do stress. Os indivíduos e seus familiares têm consequências da guerra a nível de stress pós traumático. A minha intervenção não é tão específica como a psiquiatria ou a psicologia, ou serviço social. No entanto, também partilham comigo muitos dos seus problemas, que eu procuro associar à minha atividade de clínica geral quando é necessário. Embora não seja a minha área de especialidade, dado o «know-how» adquirido ao longo dos anos, acabo por ser o primeiro ponto de resposta a muitas dessas situações de stress”.</i></p>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<p><i>“Esta é uma geração que passou muito tempo sem apoio, só após algumas ocorrências é que foi sinalizada a situação. A associação constitui formas de suporte para esses indivíduos que lhes facilita a vida em todas as áreas, quer de saúde ou vida social. Penso que a associação funciona de maneira rápida na maneira como estabelece o primeiro contacto, um plano de ajuda, etc. No entanto, como está muito focada nos ex-combatentes da guerra do Ultramar, terá de se reformular à medida que o tempo avança”.</i></p>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
<p><i>“A Guerra Colonial para muita gente foi um desastre, do ponto de vista pessoal, social, familiar, tudo”.</i></p>	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<p><i>“Sim, há 2 vertentes: as pessoas que foram ao Ultramar e que vieram mal do ponto de vista físico, outras que não vieram tão prejudicadas desse ponto de vista e até trazem de lá alguma coisa ligada ao exercício de poder, uma parte da sua vida que foi uma experiência nova que não teve aspetos traumatizantes. Mas as pessoas que estiveram lá em serviço militar ganharam uma afinidade entre eles que ultrapassa a amizade que teriam se não tivessem ido para o Ultramar. As dificuldades e vivências uniram-nos de uma forma muito firme e, em regra, para o resto da vida”.</i></p>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<p><i>“Definitivamente. As pessoas que têm problemas de stress continuaram a vida de uma forma marcada pelo Ultramar, que condicionou a vida e a velhice, pela maneira como foram retirados das suas relações pessoais e familiares. Para os que não sofreram esses problemas, é mais relativo. Alterou eventualmente alguma consciência de relações humanas e conflitos e mudou provavelmente alguma coisa na sua vida, uns mais, outros menos, mas pode não ter condicionado tanto o seu envelhecimento”.</i></p>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<p><i>“As associações surgiram pela falta de apoios, portanto o apoio que tem sido conseguido tem sido através do Estado mas por iniciativa de organizações que se foram criando no sentido de se defender os interesses dos ex-militares. Se não fosse o Dr. Afonso de Albuquerque estes problemas podiam já ter sido identificados, mas não tão precocemente, porque ele foi um individuo que sabia do que se tratava, estudou, foi “lá fora”, trouxe conceitos novos de tratamento... Esses indivíduos foram os percussores de alguma chamada de atenção para o problema e se calhar, por consequência, causaram uma mudança de atitude do Estado”.</i></p>	

IQ04 - APOIAR	Função: Psicólogo Clínico
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<i>“Presto apoio psicológico. As pessoas que vêm aqui estiveram na guerra colonial e têm perturbações de ansiedade, estão depressivas, sendo essas as principais patologias psicológicas aqui presentes. Temos também intervenção com as famílias e com os filhos de ex-militares, para os ajudar a compreender melhor essas patologias”.</i>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Além da avaliação psicológica que é necessária para a atribuição de benefícios a ex-militares (apoio com medicação, compensação monetária, etc.), fazemos também consultas individuais, familiares ou de grupo com os ex-militares. Além disso, temos também uma função de socialização e divulgação da doença, tratamento, consequências, que esta patologia pode ter”.</i>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<i>“A associação atua em 3 ou 4 vertentes. Na divulgação da doença (importante para disseminar o conhecimento), no apoio clínico que damos (consultas de psicologia, psiquiatria, medicina geral e familiar), no apoio social (alimentação, economia familiar), no apoio jurídico (principalmente nos processos militares) e numa função mais recreativa (passeios, colóquios, etc.) ”.</i>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
<i>“Veio atrasar a vida das pessoas e prejudicá-las. Alguns já tinham famílias constituídas que abandonaram, e quando voltaram eram pessoas diferentes porque não foram cuidadas quando vieram do Ultramar”.</i>	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<i>“Teve influência na vida familiar (casamentos suspensos, tempo sem ver os filhos), na vida profissional, pessoas que estavam empregadas e perderam esse posto, e mesmo a nível de quem era solteiro e não tinha emprego, quando voltou da guerra será que ainda tinha capacidade para voltar a estudar? E na família, houve muitas pessoas que se isolaram completamente ou se refugiaram no álcool para não pensarem no que tinham passado”.</i>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<i>“Sim, porque têm uma patologia que não foi tratada durante 20 anos. Fez com que não conseguissem ter um trabalho de longo prazo, que tem impacto económico, condiciona também nas relações pessoais por dificuldades em lidar com a frustração e rápida agressividade”.</i>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Todos os militares dizem que não. Mesmo a compensação que recebem atualmente é considerada o mínimo possível, e estamos a falar de coisas que aconteceram há 40 anos. Se calhar deveria ter sido mais cedo...”.</i>	

IQ05 - ADFA	Função: Presidente da Delegação de Lisboa
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<i>“Tento ajudar as pessoas que chegam aqui com problemas que não sabem definir e tento ajudar, no sentido de irem ao médico, relacionarem-se, ou tentar equilibrar os relacionamentos pessoais e familiares das pessoas”.</i>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Faço uma intervenção num sentido de chamar a atenção. Houve pessoas que ficaram feridas, com danos psicológicos, e temos de nos entretajar, temos de ter uma convivência e tirar partido do que se passou, e não estar sempre a apontar as coisas menos boas”.</i>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<i>“Excelente. Se não fosse a ADFA, todos sofríamos muito mais. Temos de nos orgulhar os órgãos que temos”.</i>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
Respondido enquanto ex-militar – E08.	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<i>“Sim, os utentes da associação obrigam-nos a estar aqui, obrigam-nos a relacionar-nos uns com os outros e pensar no passado, presente e futuro, e isso é fundamental”.</i>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<i>“Sim, influenciou porque as pessoas estão mais fragilizadas ao terem uma deficiência, têm mais dificuldades em enfrentar os desafios”.</i>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Deu algum apoio, não total como deveria ter sido. Só deu por ter sido pressionado, caso contrário não teria dado”.</i>	

IQ06 - ADFA	Função: Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Delegação de Lisboa
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<i>“É o melhor possível, por vezes é difícil porque as dificuldades dessas pessoas são grandes e vão-se agravando, não tanto na parte física mas na vertente psicológica, que se vai agravando com o tempo”.</i>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Tento ouvi-los, encaminhar as dificuldades para as reuniões da associação e encaminhá-las para a assistente social, e levar para junto do Governo, que é deles que é a maior responsabilidade. Mas no que afeta o dia-a-dia das pessoas, tentamos resolver aqui”.</i>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<i>“Vai para além das nossas possibilidades. A nível financeiro é difícil porque temos uma grande carga e nem sempre é possível corresponder. Tentamos agir mais no campo hospitalar, social, a todos os níveis, e tentamos resolver os problemas de encaminhar os ex-militares para os locais próprios para que aí, sim, resolvam os problemas deles”.</i>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
<i>“Uma guerra injusta, que é o nosso lema da associação (“As vítimas justas de uma guerra injusta”). É uma guerra que se equipara a todas as guerras que já existiram, e eu oponho-me a todas, sendo um homem da Paz. O Homem tem de encaminhar pelo diálogo para resolver os problemas sociais, não pela violência. Ainda mais, quem provoca as guerras nunca vai para lá. Quem vai para lá somos nós, rapazes que viviam nas aldeias, analfabetos, sem conhecimentos políticos”. Respondido enquanto ex-militar – E10.</i>	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<i>“Sim, muitos partilham a mesma opinião que eu. Antes de partir, era dada a ideia que se ia defender o que era nosso (Pátria), e agora posteriormente, percebe-se que os militares foram para lá enganados. Salvo raras exceções, este é o pensamento vigente”.</i>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<i>“Sim, as dificuldades das próprias deficiências (cegueira, motora, psíquica) transformou a vida dessas pessoas, e a partir daí as dificuldades vão sendo maiores. As pessoas ficam mais envelhecidas. As pessoas que têm mais acentuado o stress de guerra têm ainda mais complicações a nível familiar, sendo pessoas completamente diferentes do que eram antes de irem para a guerra”.</i>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“O Estado reconhece que a guerra foi injusta. Hoje, o Estado dá um subsídio de manutenção a nível da Associação. A nível pessoal, relativamente aos deficientes, dá uma pensão que é insuficiente, mas de algum modo remedeia a situação para algumas pessoas. Há ainda problemas para resolver com casos que foram mal avaliados, pensões demasiado reduzidas, mas o Estado tem-se mostrado aberto para dialogar, embora ainda haja muito para resolver”.</i>	

IQ07 - ADFA	Função: Presidente da Direção Nacional
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<i>“A minha função é total. Estou aqui para servir todos os problemas dos deficientes militares, tentar encontrar as melhores soluções em cada momento ao nível da saúde, reparação moral e material, envelhecimento, stress”.</i>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“É comunicar-lhes que serviram numa guerra injusta, inútil e evitável, mas que continuamos de cabeça erguida e temos desde sempre direito a ser reconhecidos pelo sacrifício que lhes foi exigido pelo país, pela República, e por isso têm direito às suas indemnizações, retribuição, saúde, e a ter um envelhecimento com dignidade, para não serem abandonados como foram os combatentes da Primeira Guerra Mundial”.</i>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<i>“O apoio é o grande porto de abrigo que foi criado pelos próprios deficientes militares, de uns para os outros, entre todos fazemos uma terapia de pares, falamos das nossas dores, elegemos os dirigentes que vão dar voz a essas dores e necessidades, direitos, junto aos militares, governo, Presidente da República”.</i>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
<i>“Uma guerra Injusta, Inútil e Evitável”.</i> Respondido enquanto ex-militar – E11.	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<i>“Sim, ninguém volta igual. Mesmo os que à partida não tiveram deficiências visíveis, nunca voltam iguais a nível psicológico. Houve logo um grande impacto na adolescência, pois aos 14, 15 anos já se iniciava uma ansiedade por saber que se teria de prestar o serviço militar daí a 3 ou 4 anos. Sofrimento esse que não era só dos militares mas da família também”.</i>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<i>“Sim, de muitos. Há uma tendência para o abuso do álcool nos retornados. Na guerra bebia-se muito álcool, e há muitos que ainda hoje sofrem dessa adição. Há também pessoas que convivem melhor e pior com as memórias, facto que vai afetar o envelhecimento, a saúde mental, a demência. Com a idade, alguns problemas médicos que foram adquiridos nos tempos de guerra começaram a manifestar-se. A guerra não acaba porque agora há Paz. A guerra continua dentro dos que lá estiveram”.</i>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Neste momento o Estado apoia apenas os ex-militares que voltaram com deficiências de carácter permanente. Ainda há muitos que não conseguiram os seus direitos, há processos burocráticos muito demorados, e os restantes combatentes não tiveram nada que o Estado tivesse feito por eles”.</i>	

IQ08 - ADFA	Função: Secretário da Direção Nacional
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<i>“Procuro fazer o levantamento das dificuldades que surgem e tomar as iniciativas que levem à resolução desses mesmos problemas. Neste período de envelhecimento, os problemas mais sérios são não os físicos mas os mentais”.</i>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Procuro que seja uma intervenção assertiva e tento avaliar quais são os problemas que têm na realidade. Os problemas que interpretam que têm não correspondem à realidade, algumas vezes. Estou mais direcionado para o trabalho com os amputados e muitas vezes, o problema que têm não é numa perna mas na cabeça. É essa avaliação que procuramos fazer e reencaminhar para os serviços corretos. Muitas vezes apenas precisam de falar com alguém que os compreenda, que tenha passado por situações semelhantes”.</i>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<i>“É um apoio total e incondicional, criado por todos e para todos, e todos são recebidos de braços abertos. São pessoas que partilharam as mesmas experiências de vida, nos teatros de guerra, e se não estiveram lá conhecem pessoas que estiveram e sentiram isso. A nossa função é lidar com isso e lutar pelos nossos direitos junto do poder político”.</i>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
Respondido enquanto ex-militar – E17.	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<i>“Sim, influenciou a vida toda, vida familiar, tudo. Ninguém volta igual de uma guerra. As relações são terminadas porque as pessoas não voltam iguais, tanto de modo físico como psicológico”.</i>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<i>“Sim, claro que é determinante também nessa área”.</i>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<i>“Sim, Portugal é um exemplo no apoio que dá aos seus deficientes militares. Daquilo que conheço que é feito noutros países, incluindo os Estados Unidos da América, penso que o Estado dá mais apoio que nesses outros países”.</i>	

IQ09 - APOIAR	Função: Assistente Social
Como se relaciona a sua função com o apoio dado a ex-militares?	
<p><i>“A minha função aqui é fundamental porque para um ex-militar e a sua família não é só fundamental a consulta de psicologia e a de psiquiatria, mas o social não ficar de parte. É fundamental todas estas áreas estarem em conjunto, porque não é só vir à consulta, tomar o medicamento e fazer a terapia, porque no exterior há outros assuntos a resolver que estão relacionados com outras instituições. E os nossos utentes têm muita dificuldade em fazer essa articulação”.</i></p>	
Como descreve a sua intervenção junto de ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<p><i>“É muito intensiva. Há uma espécie de acordo, não é só vir às consultas, é também resolver os demais problemas em conjunto. Essa intervenção é muito intensiva de início até mostrar à pessoa que ela é capaz de os resolver. Às vezes é complicado encontrar as respostas sociais, mas podemos desvincular algumas questões (“sou incapaz”, “não consigo”) e aferir junto dos mesmos e das famílias se existe interesse em mudar, porque em grande parte dos casos querem apenas a resolução dos problemas e não uma mudança. Depois, é ir verificando como estão os processos em que estão inseridos (reforma, dívidas, etc.)”.</i></p>	
Como descreve o apoio dado pela Associação / Instituto em que trabalha, a ex-militares?	
<p><i>“No início não é fácil esse apoio, porque estamos na área da saúde mental. Muitas vezes, este apoio é na possibilidade que a pessoa entenda que necessita, e não é por estar bem num momento que irá continuar assim. Há uma obrigatoriedade nos 2 lados, tanto na APOIAR como no utente, porque qualquer situação inesperada pode despoletar uma crise. É assim um apoio sistemático, sempre em equipa, e mesmo com o exterior (médico de família, psiquiatra, especialistas externos). É um apoio multidisciplinar mas também intra-disciplinar”.</i></p>	
Defina numa frase, por favor, o que pensa sobre a Guerra Colonial	
<p><i>“Uma Guerra inútil em que ninguém foi reconhecido”.</i></p>	
Sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou os ex-militares com quem já teve contacto?	
<p><i>“É necessário ter em atenção que houve voluntários e pessoas que foram apenas cumprir o serviço militar obrigatório. No entanto, as pessoas nunca pensaram no que iriam encontrar. Mesmo com o sentimento de defesa da Pátria, não sabiam ao que iam. Foram também numa fase muito crucial das suas vidas (fim da adolescência, início da idade adulta). Deixaram de estudar, ainda hoje sofrem sequelas por causa desse serviço, são pessoas que não têm uma articulação com a família, esfera social ou laboral positiva. O serviço militar em pouco ou nada contribuiu para a vida destes homens, muito pelo contrário por ter limitado a ascensão laboral de muitos deles e ter causado a reforma antecipada por invalidez de parte dos mesmos”.</i></p>	
Considera que a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares?	
<p><i>“Sem dúvida. Não é fácil as pessoas seguirem carreiras, estudarem, ou terem uma carreira contributiva como desejariam ao ter esta interrupção brusca. Uma frase muito típica aqui em relação à medicação é “Ou como e não tomo, ou tomo e não como”. O serviço militar tornou estes homens não só incapazes mas também vulneráveis a tudo”.</i></p>	
Considera que o Estado deu apoio a ex-militares que prestaram serviço militar na Guerra Colonial?	
<p><i>“Não, só deu apoio a partir de 2002, quando foram feitos protocolos com as ONG’s e associações, para comparticipação das consultas nas ONG’s”.</i></p>	

- Testemunho na linha de integração da ADFA

Como referido anteriormente a amostra é composta por 29 indivíduos, sendo a exclusão de 1 entrevista justificada através do critério da não inclusão na amostra por não cumprimento dos critérios de inclusão pré-definidos, nomeadamente o entrevistado E20, ter 60 anos e não ter servido na Guerra Colonial, sendo o seu testemunho na linha de integração na ADFA, evidenciando-se o seguinte relato:

E20 – Nasceu no ano de 1959, encontra-se reformado, com 60 anos. Serviu em Tancos, no Corpo de Tropas Paraquedistas, pelo Ramo de Serviço da Força Aérea, tendo cumprido 3 anos de comissão (1980-1983). Não esteve inserido na Guerra Colonial, mas ao abordar o seu período no ativo, o entrevistado recorda o seu acidente, causado por uma explosão. Foi amputado na perna esquerda, descrevendo que foi um período marcante e que tinha a intenção de seguir a carreira militar, contudo o seu acidente condicionou os seus projetos de vida. Acabou por fazer a sua formação como civil, tendo seguido a área da educação especial. Entrevistado refere que fez a sua reabilitação no Hospital Militar de Hamburgo, descrevendo que devido à sua irreverência, fez uma reabilitação que possibilitou lutar pela sua vida. É uma referência na dinamização do desporto adaptado, coordena vários projetos e foi professor na área do desporto especial. A par do seu processo de envelhecimento, entrevistado refere que tenta fazer tudo como antigamente fazia, contudo preza a atribuição de prioridade ao seu bem-estar, tratando o seu processo de envelhecimento como algo que deve valorizar. Acredita que as limitações inerentes à idade irão surgir, mas tenta afastar a conotação negativa associada à velhice. Acredita que foram mais os ganhos que as perdas de ter prestado serviço militar. Apesar das perdas físicas, tirou lições de ajuda, de partilha, da sua história de vida e do relacionamento estabelecido com outros. Sente que com a perda, adaptou o meio à sua volta, não sentindo a diferença e não desistindo. Sem se aperceber, ocorre uma adaptação do meio, e pensando como chegou ao presente, transmite a importância de nunca se desistir apesar das adversidades que surjam.

▪ **Apêndice 7: Guião de Entrevista – Ex-Militares**

Guião de Entrevista

▪ **Apresentação**

A presente entrevista realiza-se no âmbito do Mestrado em Gerontologia Social e da Dissertação de Mestrado, intitulada “Ex-militares da Guerra Colonial no processo de envelhecimento”, sendo o objetivo geral analisar de que modo a Guerra Colonial condicionou as trajetórias de vida e o processo de envelhecimento de ex-militares de diferentes ramos e diferentes teatros de operações, que se encontravam em serviço entre os anos de 1961 e 1974. Agradeço a sua disponibilidade para participar na investigação! A entrevista é voluntária e confidencial. A informação que fornecerá será utilizada apenas para fins académicos. Solicito a sua autorização para gravar a entrevista. É livre de não responder a questões. Caso não queira responder a alguma pergunta, diga-me e avançaremos com a entrevista. Muito obrigada!

▪ **Dados Gerais para organização do registo de informações dos entrevistados**

Nome do Entrevistado	Entrevistado como associado a Dispositivo de Suporte					Data de Entrevista	Local de Entrevista
	ADFA		APOIAR		IASFA		
	Entrevistado como Ex-Militar conhecido					Codificação	E: _____

I. Caracterização Sociodemográfica

1. Em que ano nasceu? ANO: _____
2. Em que país nasceu? PAÍS: _____
3. Tendo nascido em Portugal, em que concelho nasceu? _____
4. Qual o nível de escolaridade ou grau de ensino mais elevado que completou? ____
5. Qual a sua situação atual perante o emprego? _____
6. Qual é o seu estado civil? _____
7. Com quem vive? _____
8. Tem filhos? ☐ Sim ☐ Não a. Se sim, quantos filhos tem? _____
9. Tem netos? ☐ Sim ☐ Não a. Se sim, quantos netos tem? _____

II. Paradigma História de Vida e Guerra Colonial

A. Dados de Caracterização da Prestação de Serviço Militar

10. Teatro de Operações: Onde prestou serviço militar? _____
11. Ramo de Operações: Em que ramo serviu? _____
12. Quantas Comissões cumpriu? _____
- a. Em que período (s)? _____
13. Qual a sua Patente? _____
14. Pertenceu:
- a. A que Companhia? _____
- b. A que Regimento? _____
- c. A que Unidade? _____

B. Dados sobre a Prestação de Serviço Militar na Guerra Colonial

15. Guarda memórias do período em que combateu? _____
- a. Se sim, gostaria de partilhar algumas? _____
- b. Foi um período marcante? ☐ Sim ☐ Não
- i. Porquê? _____
16. Com que idade partiu de Portugal para prestar serviço militar na Guerra Colonial? _____
17. Descreva, por favor, o que sentiu no dia em que soube que iria partir:
- _____
- a. Saiu de onde? _____
18. Defina numa frase, por favor, o que foi para si a Guerra Colonial?
- _____
19. Olhando para o passado, o que pensa que poderia ter sido diferente? _____
- a. Que projetos de vida tinha? _____
- b. Pensa que ir para a guerra condicionou os projetos de vida? _____

C. Experiência de Regresso a Casa | Trajetórias de Vida | Processo de Envelhecimento

20. Quando voltou para Portugal? _____

21. O que sentiu quando soube que podia voltar para casa? _____

22. Como foi o seu regresso? _____

a. Regressou ao local de onde saiu antes de prestar serviço militar? _____

b. Sentiu e/ou teve apoio da sua família? _____

c. Sentiu e/ou teve apoio da sua rede de vizinhança? _____

d. Sentiu e/ou teve apoio do Estado / da sociedade? _____

23. Ao pensar, hoje, sobre a prestação de serviço militar na Guerra Colonial, diria que este acontecimento influenciou:

a. A sua saúde e o seu bem-estar? ☐ Sim, como? _____ ☐ Não

i. Sofreu algum ferimento que levasse a alguma incapacidade ou condicionasse a sua saúde atual? ☐ Sim, qual? _____ ☐ Não

ii. Precisou ou precisa de aconselhamento e suporte emocional?

☐ Sim, como foi apoiado? _____ ☐ Não

iii. Precisou ou precisa de apoio nas AVD básicas (tais como: apoio na alimentação; cuidados de higiene; mobilidade; transferências)?

☐ Sim, em quais? _____ ☐ Não

b. As suas relações familiares? ☐ Sim, como? _____ ☐ Não

c. As suas opções a níveis profissionais? ☐ Sim, como? _____ ☐ Não

d. O seu processo de envelhecimento? ☐ Sim, como? _____ ☐ Não

24. Na sua opinião, quais pensa terem sido os ganhos/perdas de prestar serviço militar na Guerra Colonial? _____

Chegámos ao fim!

Muito obrigada pela sua colaboração!

▪ **Apêndice 8: Transcrição Parcial de Conteúdo – Ex-Militares**

Memórias partilhadas		Questão 15. a)
E01	“11 Meses, sempre no mesmo sítio. A ver as mesmas caras, começa a afetar”.	
E02	“Conheci muitos locais (...) Os primeiros 10 meses foram maus (...)”.	
E03	“ (...) Vamos lá ver (...) fora os combates, fora essas coisas, porque isso já sabemos que isso não interessa a ninguém (...) fora isso até não desgostei de estar (...) integrei-me com facilidade (...) éramos 80 indivíduos (...) a fazer serviço (...) visitávamos aquelas terras”.	
E04	“Algumas (...) problemas de combate, de emboscadas”.	
E05	“ (...) Fui um combatente, cumpri com o meu dever de combatente, tive formação para tal (...) tinha de disparar para não morrer”.	
E06	Entrevistado não quis partilhar memórias.	
E07	“Não guardo muitas, porque estive lá pouco tempo, só estive 28 dias, no fundo se tive stress de guerra e traumas (...) no fundo podemos considerar mais pela deficiência (...) a consequência no fundo da guerra”.	
E08	“ (...) Uma memória foi do acidente (...) no dia 23 de maio de 1970 às dez para às dez da manhã (...) pisei uma mina (...) era às dez para às dez, porque comecei a picar à procura das minas (...) na areia (...), encontrei várias minas anticarros (...) explodia-as (...) havia uma antipessoal próxima (...) pisei-a, fiquei logo sem a perna direita, não a tenho fui amputado por cima do joelho (...) fiquei com a perna esquerda fraturada (...) toda queimada (...) entrou-me um estilhaço pelo olho (...) o olho direito tiveram de me tirar (...) foi o pior choque da minha vida (...) fiquei em pânico (...) fiquei com paludismo (...) estive 8 meses sem andar (...) por me ter acontecido isto, eu não posso dizer que estava traumatizado (...) tive aquela esperança que tinha de sair desta (...) nem me sinto diminuído, sei que estou como estou (...)”.	
E09	“ (...) Muitas e menos agradáveis, quando temos 20 anos e somos mandados para a guerra (...) cada cabeça reage à sua maneira (...) a guerra (...) não foi fácil, deixou marcas (...) a última operação que eu ia fazer no teatro de operações (...) fui ferido com uma mina antipessoal”.	
E10	“Guardo memórias, umas que vou falando (...) outras que guardo em sonho. Estar longe da família durante 28 meses (...) a situação em que houve o acidente (...)”.	
E11	“ (...) Aquela que eu me lembro mais foi o dia em que tive o meu acidente (...) com o arrebitamento de uma mina fiquei cego (...) isso é traumático para toda a vida (...) não é fácil. Depois lá da guerra (...) situações que me recordo sempre (...) ações de aldear as populações (...) numa dessas operações (...) foi muito horrível (...) nessa altura, sabe que eu me lembrei- assim «com que direito estou aqui a violentar este povo?» (...) nesse momento tomei consciência profunda do que era a operação colonial».	
E12	Entrevistado não quis partilhar memórias.	
E13	“Tive vários combates, um com 3 mortos, outro com 5 mortos.”	
E14	“Disse a alguém que era enfermeiro (todos diziam que eram alguém importante e eu não queria ficar atrás), então fui logo chamado para fazer essa função. O médico ensinou-me o que era necessário e eu fui capaz de o aprender rapidamente (...)”.	
E15	“(...) Morreram lá alguns colegas meus, fuzileiros.”	
E16	Entrevistado não quis partilhar memórias.	
E17	“Os amigos que lá perdi, incluindo um amigo de infância (...) e que me morreu nos braços. Fui o único sobrevivente de um ataque à nossa coluna de evacuação.”	
E18	“No dia em que partimos para lá, houve camaradas meus que nessa mesma noite foram logo dormir à mata, chegados a Angola deram-lhes os camuflados, sem terem qualquer adaptação ao terreno ou às pessoas.”	
E19	“Sim, às vezes ainda sonho com elas (...). Há coisas boas e coisas más. Não tenho nada específico para dizer.”	
E21	Entrevistado não quis partilhar memórias.	
E22	“Era muito tempo passado no barco (...). De início é difícil, mas depois uma pessoa vai-se habituando.”	
E23	“Aquilo era a guerra pura e dura, quando estava na Guiné, e nessa altura houve a evolução da guerra aérea, quando começaram a abater aviões e assim.”	

E24	<i>“Um amigo meu era piloto de helicópteros e um dia levou-me com ele. Jurei para nunca mais. Vi coisas que eram contra a minha maneira de ser.”</i>
E25	<i>“Fui a bordo de um navio lá buscar gente para trazer novamente para Portugal, que não tinham como vir.”</i>
E26	<i>“Estivemos 17 meses isolados no meio do mato, sem ver mais ninguém. Nos restantes 10 meses, em que pensámos que íamos para a metrópole, enviaram-nos para a zona de combate.”</i>
E27	<i>“Os 11 meses que lá estivemos foram um martírio (...) 11 meses muito pesados a dormir no chão, em buracos, sempre sem descansar.”</i>
E28	Entrevistado não quis partilhar memórias.
E29	Entrevistado não quis partilhar memórias.
E30	Entrevistado não quis partilhar memórias.

Registos que definem o período marcante		Questão 15. b)
E01	<i>“O regresso (...) foi um momento marcante. Foi bom o regresso. Nós quando lá chegámos, começámos a contar o tempo (...) os tempos invertem-se (...) parecia que o tempo demorava mais tempo a passar, mas ele é igual”.</i>	
E02	<i>“Foi um período marcante para a vida das pessoas, que as pessoas não se esquecem (...) quando fui para o hospital militar fui colocado na Secretaria de Comando (...) como tinha o Curso Geral de Comércio, fui para ali (...) e posso dizer-lhe, por exemplo, que um dos serviços que eu tinha na secretaria era bater certidões de óbito (...) no último ano que lá estive (...) bativo 296 certidões de óbito (...) é uma coisa que marcou muito (...) de vez em quando vem à memória (...)”.</i>	
E03	<i>“Sim (...) marcou (...) se fui para fuzileiro, pronto já sabia para aquilo que ia, portanto sabíamos que íamos para a Guerra (...) onde que foi mais marcante para mim, foi em Angola, por causa das minas (...) ficou marcado, porque daí é que fiquei marcado também (...)”.</i>	
E04	<i>“A Guerra foi (...) é mais pessoal (...) a política desse tempo a gente omitia essas coisas”.</i>	
E05	<i>“ (...) Os pensamentos e o perigo em que a gente estava inserido e do que poderia vir à acontecer, porque havia sempre o amanhã e esse amanhã (...) não sabíamos se estávamos cá para contar as horas (...) a guerra existia”.</i>	
E06	<i>“Foi um período marcante negativamente”.</i>	
E07	<i>“Foi marcante porque fiquei deficiente da guerra”.</i>	
E08	<i>“ A guerra não deveria ter acontecido, deveria de ter havido negociações, é sempre um período marcante (...) Refletindo a guerra não se devia de dar (...) sou contra armas de fogo (...) tudo isto gera violência (...) uma coisa é a defesa (...) para segurar, equilibrar, mas nunca para matar (...) a guerra (...) é o pior que há (...)”.</i>	
E09	<i>“Naquele tempo era complicado (...)”.</i>	
E10	<i>“ (...) A companhia ter ido embora e eu ter ficado sozinho no hospital, foi muito marcante (...) cerca dos 4 anos de hospital que tive (...) o aparecimento da cegueira (...) imensas situações que me marcaram (...) que de vez em quando vêm à superfície”.</i>	
E11	<i>“ (...) Para mim ajudou-me a crescer e a tomar consciência (...) dos direitos humanos (...) hoje, considero que sou um cidadão que a guerra me ajudou e aprofundou os valores dos direitos humanos (...) sou um cidadão livre com ideias muito próprias de que tudo passa pelo respeito pelo outro, pela liberdade do outro (...)”.</i>	
E12	<i>(...) De uma companhia de 100 homens, deixei morrer 18 (...) entre os 22 e os 27 anos de idade (...) todos obrigados a ir à guerra (...)”.</i>	
E13	<i>“Deixou muitas marcas, é muito difícil.”</i>	
E14	<i>“Deixou marcas para o resto da vida. Sonho, acordo cheio de medo, com pânico. É complicado (...)”.</i>	
E15	<i>“Não havia condições nenhuma, as reposições tinham de ser feitas por lancha, não havia acessos, nada.”</i>	
E16	<i>“É algo que nunca vou esquecer, só se enlouquecer.”</i>	
E17	<i>“Muito marcante.”</i>	
E18	<i>“O que mais me afetou foi a perda dos meus companheiros, com quem andava todos os dias, até ao seu desaparecimento (...)”.</i>	
E19	<i>“Éramos obrigados a ir para a guerra, sem qualquer tipo de preparação.”</i>	
E21	<i>“Foi um período marcante, para o bem e para o mal, que nos acompanha a vida toda.”</i>	
E22	Entrevistado não responde.	
E23	Entrevistado não responde.	
E24	<i>“Ia de helicóptero com o piloto e o homem do canhão quando passámos por um acampamento do que chamavam de ‘terroristas’. Homens, mulheres, crianças, todos foram atingidos.”</i>	
E25	Entrevistado não responde.	
E26	<i>“Tive perto de ‘lerpar’ mesmo na guerra, não por doenças.”</i>	
E27	<i>“Spínola disse ao meu comandante, que se conseguisse sair de lá com metade dos homens vivos já era muito bom.”</i>	
E28	<i>“Vivi um filme de terror”.</i>	
E29	<i>“Sofri na pele, na carne, nos ossos, muita coisa má”.</i>	
E30	<i>“Vivi e vi momentos de terror”.</i>	

Descrição do que foi sentido no dia em que os entrevistados souberam que iriam partir		Questão 17
E01	“Para mim era uma coisa desconhecida (...) não sabíamos o que nos esperava”.	
E02	“Foi difícil (...) eu já sabia (...) eu estava à espera que acontecesse (...) eu senti foi: olha espero que consiga ir e vir, mas nunca fui uma pessoa que pensasse muito no caso (...)”.	
E03	“Foi um dia normal para mim (...) nesse aspeto não posso dizer que sentia uma grande, não para mim não senti (...) podíamos dizer (...) para mim custou-me muito, deixei a família, mas não, talvez a idade também ainda não tivesse influência nos sentimentos, ainda nisso”.	
E04	“Um bocado de receio (...) será que (...) há sempre aquele receio”.	
E05	“Foi um bocado complicado, um vazio terrível (...) comecei a alimentar um pensamento de que possivelmente não iria para o Ultramar (...) de repente, fui ao cinema, lembro-me como se fosse hoje (...) no regimento tínhamos o placar (...) todos os dias era visitado por montes de colegas meus (...) ao entrar no regimento, eram 23h da noite, tínhamos vindo do cinema e diz-me um colega, «já foste ao placar?» (...) «estás ali!» (...) foi terrível, porque eu já tinha, volto a dizer o mesmo, já tinha alimentado uma esperança que não ia (...) foram noites terríveis (...) esse pensamento foi de alguma maneira alterado (...) foi terrível, até em termos familiares (...)”.	
E06	“Frustrado, é a palavra (...) estava convencidíssimo que não era mobilizado”.	
E07	“Lembro-me bem, foi um dia de tristeza, já era casado na altura, lembro-me bem, foi um dia de tristeza mas a pessoa não tinha bem noção para o que ia (...) uma pessoa nem pensa no que poderia vir a acontecer”.	
E08	“ (...) Achei que devia de ir (...) tenho uma coisa que me marca muito (...) a partida daqui no Cais da Rocha, tinha lá a minha tia, a despedir-se de mim (...) quando abalei (...) quando vi que ia mesmo para o barco, fugi para me ir despedir dela, não me deixaram ir (...) quando cheguei à proa (...) vejo um alferes a olhar e a chorar e a chorar, tenho aquela imagem dentro de mim (...) a partida era complicada (...)”.	
E09	“ (...) Não pensei nada de especial (...) porque já conhecia muitos colegas que tinham ido e voltado (...) sabíamos que só por milagre não iríamos para lá (...) muitos poucos não foram (...) estava mentalizado para ir (...) foi uma sensação de dever (...) em certa medida (...) não tinha família a despedir-se de mim (...) no Cais da Rocha (...) embarquei no Vera Cruz ”.	
E10	“Por incrível que pareça, a deceção não foi muito grande porque a mentalização que nos era dada é que íamos defender a pátria e tudo isso nos vinha incutir uma força (...) embora a deceção fosse grande, na altura namorava, pensava em casar (...) foi um bocadinho difícil”.	
E11	“ (...) Fiquei algo apreensivo (...) mas tinha preparação para enfrentar as coisas (...) ia com alguma preparação (...) tinha já uma consciência política que aquele problema da guerra colonial era um problema político e não militar (...) ”.	
E12	“(...) “Senti que a minha vida estava a andar para trás, uma tristeza e uma revolta terrível (...) medo”.	
E13	“Medo do desconhecido, quando embarcámos não sabíamos sequer para onde íamos.”	
E14	“Senti que não sabia se voltava. Quando me despedi da família foi como se não voltasse a estar com eles.”	
E15	“Tive até para sair de Portugal, quando soube que tinha de ir para a Guiné substituir um indivíduo que faleceu lá. Como já era militar de carreira, decidi ir na mesma.”	
E16	“Muita tristeza e saudades.”	
E17	“Difícil. Como o meu pai tinha sido morto pela PIDE, não consegui sequer dizer à minha mãe que ia para a guerra. Despedi-me sem lhe dizer.”	
E18	“Quando fui para os paraquedistas, sabia perfeitamente que era para a Guerra Colonial que eu ia. Mas a guerra é terrível, é diferente em Angola, em Moçambique, na Guiné, mas toda a guerra é complicada.”	
E19	“Senti um bocadinho de tristeza. Ainda tive hipótese de ir para França, mas nunca tive muito essas aventuras. Fiquei apreensivo, mas teve que ser.”	
E21	“Fiquei bastante assustado e só me perguntava o porquê de me estar a acontecer isso.”	

E22	<i>“A princípio senti-me bem, com 20 anos não se pensa muito nessas coisas.”</i>
E23	<i>“Aceitei como militar que era, era uma situação normal.”</i>
E24	<i>“O conceito que havia na altura era que a guerra era a defesa daquilo que era nosso, sentimento que eu partilhava porque era o que me tinha sido inculcado.”</i>
E25	<i>“Lidava com pessoas que diziam bem, e outras que diziam mal. Não havia luz, não havia casas para quem ia prestar serviço, não havia condições.”</i>
E26	<i>“Estava com a família, senti tristeza com toda a gente a chorar enquanto partíamos.”</i>
E27	<i>“Naquela altura já íamos a pensar nisso, não era tanta surpresa.”</i>
E28	<i>“Aventureiro”.</i>
E29	Entrevistado já se encontrava em Moçambique.
E30	<i>“Tristeza”.</i>

Citações que definem o que foi a Guerra Colonial		Questão 18
E01	<i>“Comparo a Guerra Colonial com a invasão de uma casa (...).”</i>	
E02	<i>“Foi além de má, foi uma guerra injusta que não deveria ter existido.”</i>	
E03	<i>“ (...) Para mim hoje, como a definiria, como injusta (...).”</i>	
E04	<i>“ (...) Para mim, com o conhecimento que tenho hoje, foi um erro, nosso que a gente desconhecia, mas do governo da altura (...).”</i>	
E05	<i>“Complicada.”</i>	
E06	<i>“Um desastre fora do tempo (...) os outros países todos tinham descolonizado e nós não.”</i>	
E07	<i>“ (...) Para mim a Guerra Colonial foi uma guerra injusta (...) os políticos da altura (...) era de uma cegueira política (...) nós mantivemos sempre (...) o estigma de manter o império unido, para satisfazer os interesses (...) foi uma guerra estúpida, injusta, não só porque destruiu uma geração em Portugal, ou mais que uma, com as consequências que isto teve para os que vieram da guerra (...) para as famílias dos que cá ficaram, e também para os naturais de lá (...) uma guerra durante 13 anos, houve muita gente que morreu (...) consequências negativas.”</i>	
E08	<i>“Um monstro.”</i>	
E09	<i>“Injusta.”</i>	
E10	<i>“Foi uma guerra injusta (...) é o nosso lema da associação («As vítimas justas de uma guerra injusta»). É uma guerra que se equipara a todas as guerras que já existiram, e eu oponho-me a todas, sendo um homem da Paz. O Homem tem de encaminhar pelo diálogo para resolver os problemas sociais, não pela violência. Ainda mais, quem provoca as guerras nunca vai para lá. Quem vai para lá somos nós, rapazes que viviam nas aldeias, analfabetos, sem conhecimentos políticos.”</i>	
E11	<i>“Uma guerra Injusta, Inútil e Evitável.”</i>	
E12	<i>“ (...) Terrível, como todas as guerras.”</i>	
E13	<i>“De início foi muito bom, ambientar ao barco e assim, mas depois só voltámos a ver a família passados dois anos.”</i>	
E14	<i>“Não valeu a pena. Foi um desperdício, uma calamidade em que foi tanta gente aniquilada, para quê?(...)”</i>	
E15	<i>“Era uma guerra feita por militares à frente, mas por trás era feita por grandes poderes económicos.”</i>	
E16	<i>“Foi uma guerra injusta. Quando estava quase dominado, entregaram aquilo de mão beijada, depois de tanta gente ter morrido para o defender.”</i>	
E17	<i>“Um desastre para o nosso País. Toda a juventude foi para lá, foi um desastre económico, financeiro, político, e principalmente, humano.”</i>	
E18	<i>“Uma guerra injusta, sem sentido.”</i>	
E19	<i>“Foi um erro do regime, mas tivemos de cumprir a nossa missão da melhor maneira possível.”</i>	
E21	<i>“Hoje percebo que há coisas que são mais importantes do que a vida de um homem.”</i>	
E22	<i>“Estávamos todos mentalizados que estávamos a defender Portugal, embora discordássemos com a guerra.”</i>	
E23	<i>“Foi um cumprir de ordens, mesmo que não estivesse de acordo com elas.”</i>	
E24	<i>“Tenho 2 experiências que podem dizer tudo. Por um lado, ou matamos ou eles matam-nos. Por outro lado, fui com a minha mulher a um hospital em Luanda, e ambos os lados da guerra estavam lá a ser tratados.”</i>	
E25	<i>“Uma aflição.”</i>	
E26	<i>“Uma guerra terrível, éramos carne para canhão.”</i>	
E27	<i>“Foram um martírio, tivemos muitos ataques.”</i>	
E28	<i>“Horível, foi um pesadelo.”</i>	
E29	<i>“A Guerra Colonial foi um mal que me afetou a todos os níveis.”</i>	
E30	<i>“A Guerra foi um inferno.”</i>	

O que pensam os entrevistados que poderia ter sido diferente		Questão 19
E01	<i>“A guerra não ter acontecido (...) os governantes, tivessem chegado a acordo (...) mas havia interesses”.</i>	
E02	<i>“Os nossos governantes poderiam ter renegociado a paz (...) a maioria dos países da Europa, que tinham colónias em África já o tinham feito e não teria havido tanto derramamento de sangue”.</i>	
E03	<i>“Olhando para o passado o que poderia ter sido diferente, teria sido muita coisa diferente, para mim nesse aspeto teria sido muita coisa diferente, eu por exemplo, (...) se calhar já não ia, com os conhecimentos que há hoje, que eu tenho hoje (...) já pensava duas vezes (...) diria que não concordava, naquela altura sabia lá se concordava ou não concordava, até pensava que estava a fazer uma coisa em prol até mesmo do país”.</i>	
E04	<i>“Os governos terem chegado a um acordo e terem dado independência (...) não viam que era uma coisa que não se podia ganhar”.</i>	
E05	<i>“ (...) A história do meu acidente (...) foi um erro de guerra (...) rebentou uma mina (...) havia sempre a guerra à nossa espera (...) a guerra era calculada”.</i>	
E06	<i>“Não ter havido”.</i>	
E07	<i>“Poderia ter sido diferente se quando foi proposto (...) os 3 dirigentes políticos dos movimentos de libertação da Frelimo, MPLA e PAIGC propuseram ao governo português (...) um período de transição para formação de quadros para depois terem então direito à autonomia e à independência e claro que o governo português não aceitou isso (...) passados 3 anos rebentou a guerra em Moçambique, Angola e Guiné (...) com as consequências todas que advieram (...) poderia ser tudo evitado”.</i>	
E08	<i>“ (...) Eu se não tivesse tido o acidente, se tivesse saído da tropa ileso, eu ia para fora”.</i>	
E09	<i>“Muita coisa”.</i>	
E10	<i>“O que poderia ter sido diferente era que os políticos da altura tivessem enveredado pelo diálogo e tivessem resolvido o problema das colónias portuguesas através do diálogo e não através das armas, através da guerra”.</i>	
E11	<i>“ (...) A guerra poderia ter sido evitada, se o regime (...) tivesse ouvido os movimentos de libertação do MPLA, da Frelimo, do PAIGC (...)”.</i>	
E12	<i>“ (...) Terem antecipado a entrega de todo o nosso império (...)”.</i>	
E13	<i>“Não sei, as decisões políticas. Quando voltamos, não voltamos bem. Mesmo os que não enfrentaram combate, todos fomos afetados pela guerra de diferentes formas.”</i>	
E14	Entrevistado não responde.	
E15	<i>“Acabar com a guerra, ter abandonado mais cedo.”</i>	
E16	<i>“Aquilo estava destinado a passar a ser a capital (Angola), se tudo corresse bem, e Portugal passava a ser apenas uma região tal como são as Ilhas neste momento.”</i>	
E17	<i>“É muito difícil, porque na vida não há ‘ses’. Não podia ser diferente porque era assim que estava determinado, com os políticos que tínhamos, as decisões estavam tomadas.”</i>	
E18	<i>“Todos os outros países já tinham dado a independência às suas colónias, Portugal é que devido ao seu regime político na altura decidiu seguir com essa guerra.”</i>	
E19	<i>“Se eu não tivesse vindo com a deficiência, teria ido para França. Mas como estava com a deficiência, fiquei por cá, o que até acabou por correr bem.”</i>	
E21	<i>“Não renego nada da minha vida, não mudava nada.”</i>	
E22	<i>“Se não fosse ter-me alistado, não teria tido muitas opções profissionais.”</i>	
E23	<i>“Devia ter-se resolvido a situação política mais cedo e não deixar arrastar durante todo aquele tempo. Isso teve como consequência perdas de vida de ambos os lados.”</i>	
E24	<i>“No devido tempo, devia ter sido feito um acordo para que, mesmo que não fosse dada a independência, tivesse havido uma melhor relação.”</i>	
E25	Entrevistado não responde.	
E26	<i>“Eramos obrigados a ir, não podíamos dizer que não...”</i>	
E27	<i>“A minha vida seria completamente diferente, não fosse a guerra.”</i>	
E28	<i>“Tudo”.</i>	
E29	<i>“ A minha vida seria bem diferente. Podia estar com a família e bem na vida”.</i>	
E30	<i>“Podia ser feliz”.</i>	

Projetos de Vida		Questão 19. a)
E01	“Não tinha qualquer projeto. A vida militar foi uma escola (...) a minha mentalidade mudou”.	
E02	“ (...) Tinha um projeto de vida, que era casar e ter filhos, construir a minha casa, os meus filhos. Aconteceu mais tarde, mas depois concretizou-se (...) fui condicionado numa questão de tempo”.	
E03	“ (...) Não tinha projetos assim de vida (...)”.	
E04	“ (...) O meu projeto de vida era vir da Guerra e ir para o estrangeiro, no meu tempo era a emigração que estava a dar (...) Suíça, Alemanha, França (...) condicionou porque com a minha deficiência, a par daí a emigração já não podia ir”.	
E05	“ (...) Eu no meu caso (...) tinha a 4ª classe (...) o meu objetivo era ir trabalhar, os meus pais não tinham meios para me manter (...) hoje já sou pai, tenho um filho (...) lembro-me perfeitamente como foi a minha criação (...) a gente começa a andar cá (...) com a perspetiva de ter que ir à tropa, que era obrigatório (...) tudo aquilo o que viesse a acontecer, se viesse a acontecer era depois da tropa (...) fiz várias coisas durante esse período (...) voltar para trás não voltava (...) depois da estadia em África (...) comecei a ter uma perspetiva de futuro (...) estive pontualmente à espera de ir para a tropa (...) aquela meta eu tinha que a cumprir, até lá não valia a pena entrar na corrida, sabia que ficava em último”.	
E06	“ (...) Eu já trabalhava, era professor primário (...) havia de ser casado (...) havia de querer continuar a trabalhar (...) aquilo interrompia a vida às pessoas, interrompeu a minha vida (...) condicionou a toda gente mesmo aqueles que pensam que não”.	
E07	“ (...) Era ter a minha vida estabilizada, já estava casado, era ter o meu emprego, seguir a minha vida normal, só que depois aconteceu-me isto e houve (...) teve de haver grandes modificações na vida (...) a minha mulher estava a começar a trabalhar, teve de sair do emprego porque eu vim cego e sem mãos, fora o resto com ouvidos, tímpanos destruídos, maxilares destruídos, depois recompôs-se tudo, mais a cegueira e a falta de mãos, e é no fundo depois, o que é que ela foi para mim, olhe foi a minha esposa (...) enfermeira, a minha psicóloga, a minha acompanhante, a minha companhia (...) mãe dos meus filhos (...) uma mulher extraordinária (...) a guerra condicionou mas (...) houve um lado negativo, foi a deficiência, a dor, tudo o que daí resulta, mas houve um lado positivo que foi uma grande aprendizagem com a minha deficiência (...) tivemos 4 filhos, todos eles licenciados, todos eles bem na vida (...) temos uma vida, eu e a minha mulher equilibrada, financeiramente, socialmente, psicologicamente, espiritualmente, em todos os aspetos, vencemos. Mas não foi fácil (...) ando de bengala desde 76, tenho uma vida independente (...) como sozinha (...) esta operação foi feita em Heidelberg, na Alemanha (...) tenho uma adaptação (...) encaixo no braço e pronto, tenho o telemóvel também (...) máximo possível de independência”.	
E08	“ (...) Queria ir para Inglaterra e Estados Unidos, era o que eu queria (...) condicionou-me muito, eu não tinha direito ao passaporte nem nada, a guerra condicionou-me”.	
E09	“Tinha projetos de vida que foram, com os ferimentos que tive, foram totalmente alterados (...) tinha projetos para seguir (...) gostava da vida militar, especialmente nos paraquedistas (...) e queria fazer carreira (...) fiquei condicionado (...)”.	
E10	“Os projetos de vida que tinha na altura, era tentar estudar e preencher a vida o melhor possível. Na altura, estava a tirar o curso de guarda-livros (...) já estava a exercer (...) embora não tivesse ainda completado o curso (...) era por aí que queria ir (...) nesse campo foi muito difícil, estava a tirar esse curso, tudo através da visão, de ler (...) mas quando tive o acidente, fiquei cego, acabou tudo e isso foi das coisas mais difíceis da minha vida porque voltou tudo ao espaço zero (...) desconhecia o que é que um cego era capaz de fazer (...) foi um choque terrível”.	
E11	“ (...) “Tinha a ideia de tirar o curso de direito. Mas depois de vir de lá já não tive. Podia-o ter feito apesar de ser cego, mas não é o ser cego que me impediu de tirar o curso de direito, mas não vim com força suficiente (...) Depois, entretanto optei por continuar no ativo (...) em serviço de dispensa de plena invalidez (...) em 1976, pedi para ser colocado na ADFA, como militar e fiz a minha carreira nessa situação e depois reformei-me em 1998, como tenente-coronel”.	

E12	<i>“(...) Viver o melhor possível dentro dos empregos que me pudessem aparecer (...)”.</i>
E13	<i>“Trabalhava ao balcão, era empregado de mesa na altura. Depois fui para a guerra e deixei cá a minha mãe sozinha, já viúva.”</i>
E14	<i>“Pensava continuar a estudar, seguir enfermagem. Acabei por ter de seguir um curso de serralheiro, e fui depois trabalhar para um banco durante 25 anos.”</i>
E15	<i>“Era já militar de carreira. Depois fui trabalhar para a IVECO Portugal, durante 15 anos.”</i>
E16	<i>“Trabalhava na Torralta e no Alvor, no Algarve. Estive lá durante 3 anos, e sempre me deixaram a porta aberta para regressar, com uma carta de bom comportamento e tudo, mas não gostava muito daquilo. Depois faleceu um primo meu que tinha um stand de automóveis e acabei por seguir esse rumo.”</i>
E17	<i>“Trabalhava, tinha o meu emprego, namorada, tinha a minha mãe (sou filho único), mas tinha projetos, como todos os jovens. Queria ter feito Direito, mas como estive 3 anos no hospital quando voltei não pude seguir esse caminho.”</i>
E18	<i>“O meu objetivo era continuar a estudar, Engenharia Mecânica. Ainda consegui fazer até ao nono ano, mas já não tinha concentração para continuar a estudar, porque a guerra está sempre connosco.”</i>
E19	<i>“Naquela altura a grande opção era ir para França, que não me foi possível pela lesão que sofri, mas fiquei por Portugal a trabalhar e continuei o meu percurso profissional.”</i>
E21	<i>“Sim, quando voltei fui estudar engenharia mas não consegui acabar. Tinha já 2 filhas para criar, e entretanto ofereceram-me trabalho, então tive de largar os estudos para poder ter dinheiro para as educar.”</i>
E22	<i>“Queria continuar na terra.”</i>
E23	<i>“Até aos 20 anos todos temos projetos de vida, mas depois ingressei na Força Aérea. A guerra só começou mais tarde, quando já era do quadro permanente.”</i>
E24	<i>“Tinha o meu projeto de carreira, e por ser como sou, não me aproveitei de algumas situações que hoje me poderiam ter deixado numa situação melhor.”</i>
E25	<i>“Se tivesse continuado na terra, tinha continuado na farmácia, que era um bom trabalho.”</i>
E26	<i>“Trabalhava na área do comércio, tive de parar quando fui para a guerra.”</i>
E27	<i>“Fui bastante novo, fiz lá 22 anos. Quando saí de Portugal havia várias opções de trabalho, mas quando voltei já não era assim.”</i>
E28	<i>“Voltar ao estrangeiro”.</i>
E29	<i>“Estudar e ter um bom emprego”.</i>
E30	<i>“Estudar, jogar futebol, ser treinador”.</i>

Descrição do que foi sentido pelos entrevistados quando souberam que podiam voltar a casa		Questão 21
E01	“Uma alegria enorme”.	
E02	“Soube na véspera (...) cheguei à metrópole, como se dizia na altura e ninguém sabia da minha família (...) eu telefonei para casa, já estava em Lisboa (...) nós naquela altura já vínhamos de Boeing (...) não tive tempo de avisar nada, eu soube ao 12h e no outro dia às 17h da tarde já estava a chegar a Lisboa”.	
E03	“ (...) Tive sempre orgulho em voltar (...) alegria tinha sim em voltar”.	
E04	“Fui ferido (...) vou-me livrar disto (...) mas com problemas (...) perdi esta vista (...)”.	
E05	“Eu volto todo escavacado (...) tive um pensamento a partir dos primeiros contactos com o hospital, foi terrível mas depois havia uma luzinha cá por cima em que olhando às minhas condições físicas, estando mal, havia pior (...) a guerra para mim já está feita (...) o amanhã havia de ser diferente (...)”.	
E06	“Entre alegria e mágoa”.	
E07	“O meu sentimento da altura, eu lembro-me quando vinha no avião (...) vinha medicado (...) agora tenho de me entregar «de alma e coração» aos médicos (...) tinha a consciência que não tinha mãos, (...) havia sempre a esperança de poder recuperar, mas tinha a consciência que estava muito mal, a minha coisa era de voltar mas de me entregar de «de alma e coração» aos médicos, para poder recuperar (...)”.	
E08	“Tive uma grande preocupação (...) a minha mãe, ver-me assim (...) eu disse-lhes que era o mesmo homem (...) eu senti que ela tinha uma preocupação (...) casar (...) eu estava naquela imagem de ser deficiente (...)ultrapassei, ajudei-os na velhice”.	
E09	“ (...) Vários tipos de sentimentos (...) frustração, por não ter conseguido seguir da forma como queria (...) pelo acidente que tive (...) foi uma mistura (...) tenho dificuldade em descrever”.	
E10	“Tive o acidente e fui internado na Beira (...) fui evacuado de avião para o hospital militar aqui em Lisboa, onde tive cerca de 4 anos (...) consegui que me mandassem para uma Fundação chamada Fundação Raquel e Martin Sain, que era um centro para reabilitação de cegos (...) onde encontrei pessoas fantásticas, sobretudo duas (...) dos nossos maiores dramaturgos, foi o Bernardo Santareno, que era psicólogo lá nessa fundação e a atriz Fernanda Lapa (...) foram eles que me agarraram (...) sobretudo o Bernardo Santareno, foi como um pai para mim, ajudou-me imenso porque eu estava destruído psiquicamente, não só por estar cego (...) e de facto ele ajudou-me (...) não só, nessa altura difícilima (...) através do diálogo (...) ele descobriu em mim o dom da escrita e eu pus-me a escrever (...) aprendi a ler o braille, e lia mas ia mais para a máquina de escrever (...) a máquina «HCESAR» (...) o Bernardo Santareno descobriu que havia qualquer coisa aqui encoberta da escrita (...) tenho 20 livros escritos (...) às vezes a brincar digo que sou um «escrevinhador», mas quem lê as minhas obras, pela quantidade e pelo conteúdo dizem que sou um escritor (...) a verdade é que faço porque gosto e ponho sempre uma mensagem (...) a escrita é a minha voz (...)”.	
E11	“ (...) Ainda saí de lá de Moçambique com a esperança de poder recuperar a visão (...) mas já não havia nada a fazer (...) o meu regresso foi doloroso”.	
E12	“ (...) Mais medo ainda eu tive, fique com uma grande ansiedade em regressar (...)”.	
E13	“Fui ter com a minha irmã, logo. Depois comecei a trabalhar, namorar, casar.”	
E14	“Parecia-me um sonho, finalmente tinha escapado. Era um sofrimento tão grande.”	
E15	“(...) Eles não queriam que nós voltássemos, mesmo depois de ter vindo com uma lesão, continuei a estar a fazer a vistoria dos navios, mas já não em teatros de guerra novamente.”	
E16	“Foi uma alegria! Uma satisfação!”	
E17	“Senti-me muito feliz por voltar vivo a casa.”	
E18	Entrevistado não responde.	
E19	“Foi uma situação muito traumática. Estive praticamente 3 dias sem saber onde estava. Quando acordei da operação em que me foi amputada a perna fiquei muito abalado, não sabia como seria a minha vida daí para a frente, com muletas a tempo inteiro porque não sabia da existência das próteses.”	

E21	<i>“O 25 de Abril já se tinha dado, há um choque de mentalidades nessa altura. Mesmo o meu divórcio teve um pouco a ver com isso, com esse choque de mentalidades.”</i>
E22	<i>“Senti o alívio de a guerra ter terminado.”</i>
E23	<i>“Senti que a continuidade da minha carreira passava por ser colocado nas unidades da metrópole. Depois tive os cursos de oficial, de capitão, sempre dentro da carreira militar.”</i>
E24	<i>“Foi normal, não houve grande diferença. Tinha lá a minha família comigo.”</i>
E25	<i>“Estive lá durante 5 anos. De início eram muitas dificuldades, mas uma pessoa depois habitua-se. Custou voltar para casa.”</i>
E26	<i>“Senti-me bem, alegre, satisfeito. Embora ficasse algo dentro de nós que não dá para explicar, porque me lembrava daqueles que tinham ficado.”</i>
E27	<i>“Senti um alívio. Quando estávamos a voltar ainda nos puseram a fazer 2 colunas, numa delas morreram 12 comandos.”</i>
E28	<i>“Ambiente estranho”.</i>
E29	<i>“Perdido”.</i>
E30	<i>“Angústia”.</i>

Como foi a experiência de regresso a casa		Questão 22
E01	“Foi maravilhoso (...) sentíamos aquela saudade”.	
E02	“O regresso foi bom”.	
E03	“ (...) O regresso em si, não foi como quando para lá fui (...) não só a idade, mas sim lá estar, nós nunca esperamos o que é que nos vai acontecer, embora tenhamos a percepção (...) se já sabemos que não vamos para lá para brincar, ou para isto ou para aquilo, (...) já sabemos aquilo que é (...) quando rebentou a mina anticarro (...) houve um que até foi parar até mais longe que eu (...) fui disparado (...) saltei, portanto saltei não, que remédio tive eu se não saltar da Berliet, porque nem dei por saltar (...) a partir daí é que me custou mais um bocado (...) nesse (...) já vinha deficiente mesmo, depois fui para o (...) hospital da psiquiatria, nem sei quanto tempo lá estive (...) depois saí (...) a cabeça não andava bem (...) ”.	
E04	“Fiquei com uma reforma, fui-me aguentando lá na minha aldeiazinha, tínhamos lá um cafezinho (...)”.	
E05	“Eu sou ferido em 69, no Norte de Moçambique, depois faço um percurso de evacuação (...) do hospital Lourenço Marques (...) vim para Lisboa (...) depois embarco para os Açores (...) olhando à minha situação física (...) estive lá 3 anos (...) como doente (...) na BA 4, na Terceira”.	
E06	“ (...) Foi um regresso lento, eu depois estive no hospital muito tempo (...) foi muito lento, foi sendo”.	
E07	“ (...) Depois foi aquela luta inicial, da cirurgia, das operações, do hospital militar, da Alemanha (...) depois fui para um centro de reabilitação de cegos em Lisboa, comecei a andar de bengala na rua, não aprendi braille porque não podia (...) não tinha dedos, depois foi a integração nas forças armadas, foi difícil mas consegui (...) depois ainda fui à Alemanha mais 3 vezes (...) depois fui operado aos ouvidos (...) fui fazer uma reconstituição dos tímpanos (...)”.	
E08	“Fui evacuado, vim de avião, num caixote, numa maca, cheguei de avião ao aeroporto (...) fiquei em Lisboa, decidi ficar, se fosse para a província (...) fiz o que eu quis”.	
E09	“ (...) Procurei trabalho (...) na área comercial (...) a família estava no Alentejo (...) tive um percurso (...) tornei-me um homem precocemente, habituado a fazer as coisas sozinho (...) a formação militar (...) deu-nos uma autoconfiança, um autocontrolo (...) do medo (...) foi uma instrução dura, mas muito útil”.	
E10	“Vim para o hospital militar (...) fui para a Fundação Raquel e Martin Sain e depois para um emprego, numa firma (...) para um escritório (...) onde trabalhei 20 anos (...) no Chiado, aquilo ardeu tudo (...) ficámos todos desempregados”.	
E11	“ (...) Classifico assim um ano, um ano e tal (...) andava assim, em estado de choque, até assentar”.	
E12	Entrevistado não responde.	
E13	“Foi dura, não tive apoio da família nem do Estado.”	
E14	“ (...) 9 dias de barco com intoxicações alimentares em toda a tripulação,(...) eram pessoas às dezenas que estavam afetadas. Tive a sorte de não ter apanhado nada.”	
E15	“Estive no hospital 27 meses, fui várias vezes à junta naval, que me mandava para casa 30 ou 45 dias para não enlouquecer, dado que o ferimento era só na mão.”	
E16	“Passei à disponibilidade e a partir daí fiz a minha vida normal, fui passar um mês com a família à terra, e depois segui para Lisboa, para trabalhar no stand de automóveis.”	
E17	“Estive 3 anos no hospital quando voltei. Fui ainda para Hamburgo nessa altura porque o Hospital Militar não tinha condições para me tratar.”	
E18	“Quando regressei a casa não dormia, não estava estável, não me sentia bem. A minha mãe apercebeu-se e falou com um médico, que me marcou uma consulta num psiquiatra. Estou a ser acompanhado desde 1975 até aos dias de hoje.”	
E19	“Voltei para a aldeia e fiquei lá a trabalhar durante 2 anos. Passado esse tempo uma pessoa amiga arranhou-me colocação em Lisboa para trabalhar e vim logo.”	
E21	“Voltei para Lisboa, continuei lá a minha vida com o apoio da família.”	

E22	<i>“Foi bom, voltei para casa de onde tinha saído. Tive sempre apoio da família.”</i>
E23	<i>“Quando regresssei fui colocado na Portela e depois na base aérea de Sintra.”</i>
E24	Entrevistado não responde.
E25	<i>“Levei sempre a família comigo, por isso estava tudo normal.”</i>
E26	<i>“Tinha cá a família, fui recebido por eles, tive um bom regresso a casa.”</i>
E27	<i>“Foi rápido, tentei organizar a minha vida mal voltei, arranjar logo trabalho, casar, tudo.”</i>
E28	<i>“Fui bem recebido pela família, fizeram uma festa e eu fugi dela”.</i>
E29	<i>“Fui bem recebido pela família, eu é que já sentia que não pertencia àquela família”.</i>
E30	<i>“Foi complicado, senti que não era o mesmo, era estranho”.</i>

Ganhos / Perdas de prestar serviço militar na Guerra Colonial		Questão 24
E01	“ (...) Perdas só naqueles termos de ter estado deslocado da família”.	
E02	“Olhe, para mim foram muitos, aprendi muito. Porque guardo bons amigos desse tempo (...) os da 2ª fase, do hospital militar (...) agente sempre perde qualquer coisa quando se vai embora (...) há amigos que (...) com quem agente deixa de perder contacto com eles”.	
E03	“Eu em ganhos não vejo nenhuns, em perdas perdi (...) toda a minha juventude ao fim ao cabo (...) tinha 21 anos (...)”.	
E04	“ (...) Os problemas que estão aí (...) a idade mais perfeita que nós temos, eles mandam-nos as luvas e agora aguentem-se aqui dois anos (...) depois quando saís daqui logo se vê, desenrascas-te (...) mas olhe, a tropa também ensina muito (...) e nesse tempo cuidado com a disciplina (...)”.	
E05	“ (...) Gostei muito de ser militar, logo à partida, até porque fui voluntário (...) olhando depois à circunstância física (...) sou deficiente das forças armadas (...) tenho uma comparticipação monetária dessa minha situação (...) faço a minha vida envolvente e digo-lhe que a prestação (...) me dá muito jeito hoje no prolongamento da minha vida, só que nunca vivi (...) dependente dessa prestação monetária (...) procurei (...) fazer a minha vida independentemente da vida militar (...) mas nunca me encostei totalmente a isso (...) fiquei deficiente (...) fui ferido mas não morri (...) podiam ter-me cortado as pernas mas não cortaram, segui em frente (...) mesmo assim com dificuldades, fazia tudo aquilo que era possível fazer (...) gosto muito de viver (...)”.	
E06	“Se calhar uma espécie de crescimento humano forçado, arranjar alguns amigos (...) as perdas foi uma certa, digamos, descrença, não diria cinismo (...) mas uma certa maneira cautelosa de encarar as coisas (...) vale a pena dizer-lhe que a experiência nesta associação é muito gratificante (...) ajuda no combate a quem viveu uma mesma vivência, digamos violenta, de risco (...)”.	
E07	“ (...) Eu pelo facto de ter optado pelo ativo (...) foi-me permitido por uma lei, o Decreto-Lei 43/76 (...) foi fundamental para mim, porque «quem é que dava trabalho a um cego sem mãos?» sejamos realistas (...) se não fosse esta oportunidade (...) ia para casa, dava em doido, e dava em doida a minha mulher (...) a minha integração nas forças armadas foi fundamental (...) se eu fosse realista, dizia nem um ganho (...) mas tive ganhos de prestar serviço mas depois aconteceu a guerra, o acidente (...) do acidente resultou a deficiência, há o lado negativo da deficiência, a dependência. Sou dependente em muita coisa, há muita coisa que não posso fazer mas como disse há bocado há também um lado positivo (...) a independência, a autonomia, tudo aquilo que pude colher de positivo, dos contactos que tive, de ser muito irreverente, de querer sempre aprender, saber mais, não ficar acomodado (...) «eu não me posso deixar estupidificar», tinha este pensamento (...) houve sempre este meu pensamento, houve um lado positivo que me empurrou para a frente (...) foi os meus filhos (...) tinha de mostrar aos meus filhos que eu trabalhava como os pais dos outros, e não era o pai ceguinho que estava em casa (...). Houve um lado extremamente negativo, doloroso, revoltante (...) mas houve um lado extremamente positivo que eu agarrei e a minha mulher também, agarrámos este lado e deste lado positivo transmitimo-lo aos nossos filhos (...) todos eles estão no seu caminho, isto para um pai e uma mãe (...) é reconfortante e realizador (...) e depois ainda há outro lado extremamente positivo, que é a parte espiritual (...). Nós, os cegos, (...) olhamos muito, como não temos a visão externa, olhamos muito para dentro de nós (...) e há uma busca (...) a minha mulher era crente, eu não era tanto (...) hoje estou perfeitamente consciente que (...) sou Católico (...) e essa busca também encontrei, de fê, de pôr em prática na vida (...) até dar o meu testemunho, até indiretamente, presencialmente até (...) tudo isto é o lado positivo que eu colhi da vida e sou um homem feliz”.	
E08	“ (...) Concorde com o serviço militar obrigatório, eu penso que é um ganho. Conheci pessoas no serviço militar, muito me orgulho, penso que a minha vida e a minha personalidade mudou (...) o que eu queria era que não tivesse existido guerra”.	

E09	<p>“Houve ganhos, apesar de tudo, houve ganhos, pelas experiências, pela formação, acabei por me fazer um homem na tropa, fui para lá com 18 anos era um menino (...) tive ganhos realmente pela formação, pelas experiências vividas, pelas vivências, há a parte negativa que são as sequelas, ficaram e estão para o resto da vida, e que nos afetam e passam-se uns dias melhores, outros piores (...) a medicação é que me mantém (...) procuro manter-me ocupado (...) mas há dias em que não há disposição nenhuma (...) procuro sair, à 3ª e à 5ª tenho a pintura (...) também faço parte daqui dos órgãos sociais (...) umas saídas, uns almoços, uns passeios (...) procuro estar ocupado, mas há dias em que realmente não dá (...) mas é a vida assim ”.</p>
E10	<p>“Sinto-me a envelhecer mais rapidamente (...) os ganhos (...) ter conhecido a província de Moçambique, ter contactado com novas pessoas, com uma sociedade diferente, mas as perdas foram superiores a isso. Preferia não ter conhecido nada disso, nunca ter ido para a guerra e que nunca tivesse existido a guerra (...) mas orgulho-me bastante, (...) ao nível da cegueira, há tempos tive colegas seus, que estavam em medicina, a fazer a tese (...) como notou às vezes é difícil suportar que não venha a lagrimazita ao olho (...) eu vou dizer como é que eu vejo a cegueira, através de um poema, pode ser? (...) O poema está publicado:</p> <p style="text-align: center;">«Ando cansado, revoltado até. Quase não posso sair de casa, mal ponho os pés no passeio. Fujam, deixem passar o ceguinho. Se entro no autocarro, um lugar para o ceguinho. Quem dá um lugar ao ceguinho? Se vou para atravessar, cuidado ceguinho! Eu atravesso o ceguinho! Ceguinho, uma M****! Tratem-me por rapaz, por senhor, por tu! Nunca por ceguinho. Ajudar tem o seu saber, o seu querer. E se não o sabem fazer, deixem-se estar quietinhos. Vale mais deixar-nos tropeçar do que nos tratarem por ceguinhos!».</p> <p>“É muito importante essa mensagem (...) tenho um filho (...) ele sabe da guerra através de mim (...) essas mensagens são muito importantes para que as coisas não sejam esquecidas (...) as pessoas não têm consideração que um (...) cego congénito (...) aprendeu tudo sem ver (...) eu foi diferente, tive todo um mundo a ver, e de momento fiquei sem nada (...) como a menina diz, «cada caso é um caso», (...) é a diferença entre essa pessoa que nasceu cega, pela lei da natureza (...) do que eu estar bem e mandarem-me lá para uma guerra (...) e ter ficado assim”.</p>
E11	<p>“As perdas foram maiores que os ganhos, ficar com uma deficiência destas (...) os ganhos (...) foi a tomada de consciência de uma cidadania mais profunda (...) nós temos que vir ao de cima para reagir, depois isso faz-nos crescer, agora de resto tive mais perdas, a perda de visão (...) mas não se esqueça (...) dourar a pílula não, isto é muito duro, é o que eu sinto (...) ser cego é duro (...) não ver os meus netos, não ver a cara dos meus filhos (...) para mim a minha mulher tem sempre a cara de 18 anos (...) temos de saber tirar das coisas que nos acontecem a parte boa, olhe por exemplo (...) a minha mulher é sempre jovem (...) não é um contentamento (...) é uma forma que encontramos para todos os dias tentarmos estar de pé”.</p>
E12	Entrevistado não responde.
E13	“Perdas tem-se sempre, ganhos é que não. A guerra colonial foi marcante.”
E14	“Para mim, só prejuízos. Deram cabo da minha vida e da minha saúde, para defender o grande capital que não se importa comigo. Não fui defender nada meu, só dos outros, e nunca me vieram perguntar se eu precisava de alguma coisa.”
E15	“Ganhos foi ter-me tornado noutra pessoa, com mais conhecimentos adquiridos na Marinha, tanto na área de educação, profissionalismo, respeito, tudo. Perdas, tenho saúde ainda, por isso não me posso queixar.”
E16	“Não me trouxe nada de especial.”
E17	“Perdi toda a minha juventude, a minha formação, perdi tudo. Não se aprende nada lá, a única coisa que trouxe foram as chamadas ‘amizades de sangue’, que ficam até aos dias de hoje.”
E18	“Não ganhei nada, só perdi. A minha saúde, o envelhecimento precoce porque fiquei psicologicamente arrasado, e todos os dias penso na guerra. Há acontecimentos que não conseguimos tirar da cabeça.”
E19	“Se analisarmos do ponto de vista de eu ter vindo para Lisboa terminar os estudos e trabalhar, foi bom. Por outro lado, se eu não tivesse tido o acidente e tivesse regressado sem o problema

	<i>físico, teria voltado para a terra e eventualmente emigrado para França, que era o meu plano.”</i>
E21	<i>“Profissionalmente, aprende-se bastante. Tirando isso, mais nada. Há uma evolução profissional por termos de resolver os vários problemas, a bem ou a mal.”</i>
E22	<i>“Em princípio não perdi nada, mas ganhei uma família nos meus companheiros de navio.”</i>
E23	<i>“Podem ter havido alguns ganhos em termos de formação, se não fosse assim não teria podido fazer os cursos que fiz.”</i>
E24	<i>“Sempre fiz aquilo que achei que tinha de fazer. Cheguei a ter convites para entrar para a Assembleia da República, mas não conseguia por não me rever naquilo que é a nossa política hoje em dia.”</i>
E25	<i>“Se tivesse continuado na construção teria tido uma boa carreira em França.”</i>
E26	<i>“Ganhos, não houve nenhuns. Perdas, foi o tempo que lá estive, a minha juventude.”</i>
E27	<i>“Perdas em tudo. Fui para uma guerra ganhar menos do que se estivesse aqui a trabalhar, foi o meu tempo, a minha juventude.”</i>
E28	<i>“Não ganhei nada, perdi a minha mocidade, alegria e saúde”.</i>
E29	<i>“Não ganhei nada, só ganhei doenças e perdas, perdi sonhos, realizações e a esposa”.</i>
E30	<i>“Não ganhei nada e perdi o que é o melhor da vida, alegria, vivacidade e deixei de acreditar nas minhas capacidades”.</i>

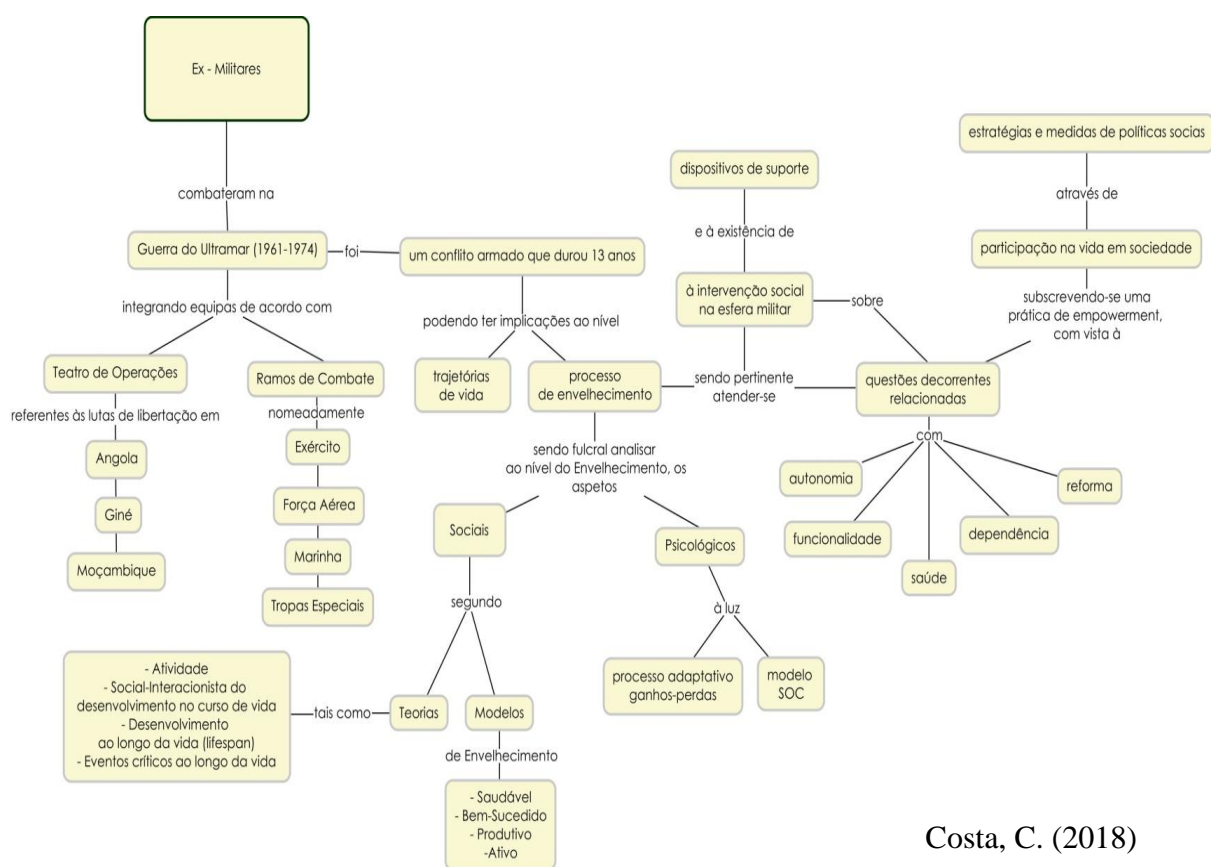
▪ Apêndice 9: Ferramentas Metacognitivas

Por último, remetem-se em Apêndice as Ferramentas Metacognitivas, de elaboração própria, que levaram à construção do Projeto de Dissertação, culminando no presente estudo, sendo elas o Mapa Conceptual e o Vê de Gowin, acompanhados de um breve enquadramento, justificando-se a sua presença, pela importância associada ao culminar da elaboração do presente estudo.

- Mapa Conceptual

No presente campo, apresentam-se ferramentas metacognitivas enquanto instrumentos que permitem “gerir melhor a informação” apresentada (Carmo, 2013), sendo que se utiliza o Mapa Conceptual, como “uma ferramenta de representação do conhecimento que assume a forma de diagrama bidimensional, que procura mostrar conceitos hierarquicamente organizados e as relações entre esses conceitos” (Carmo, 2013, p. 17).

Figura 2 - Mapa Conceptual



- Vê de Gowin

O Vê de Gowin é utilizado visando-se a representação “de forma diagramada dos principais procedimentos de planeamento para a investigação”, enquanto “modelo de análise para testar a consistência geral dos projetos de investigação”, relacionando as diferentes tarefas uma com as outras nos diferentes domínios (Carmo, 2013).

Figura 3 - Vê de Gowin

